

Annamalai svámí byl přímým žákem Ramana Maháršiho, velkého jihoindického mudrce, který žil více než půl století na úpatí svaté hory Arunáčaly. Annamalai svámí s ním žil a pracoval v letech 1928 až 1938, kdy dohlížel na většinou staveb, které se v ášramu jeho guru uskutečňovaly. V roce 1938 Ramana Mahárši doporučil Annamalai svámímu, aby se své funkce a práce vzdal, a na místo toho se věnoval v osamělosti životu meditace.

V roce 1980 začala malá skupina duchovních hledajících, většinou západního průvodu, navštěvovat Annamalai svámího a klást mu otázky týkající se učení jeho guru a vykonávání praxe. Na jejich dotazy začal Annamalai svámí mluvit o svých zkušenostech, své praxi a metodách, které mu byly ku prospěchu. Jak kvalita odpovědí, tak aura míru a autorita, která z něho vyzářovala, zanechala ve většině návštěvníků hluboký dojem.

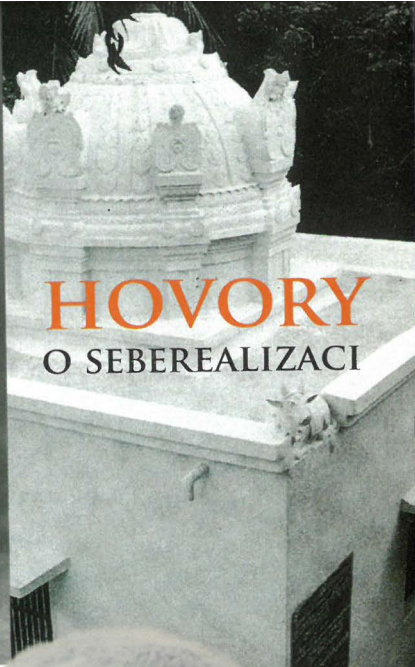
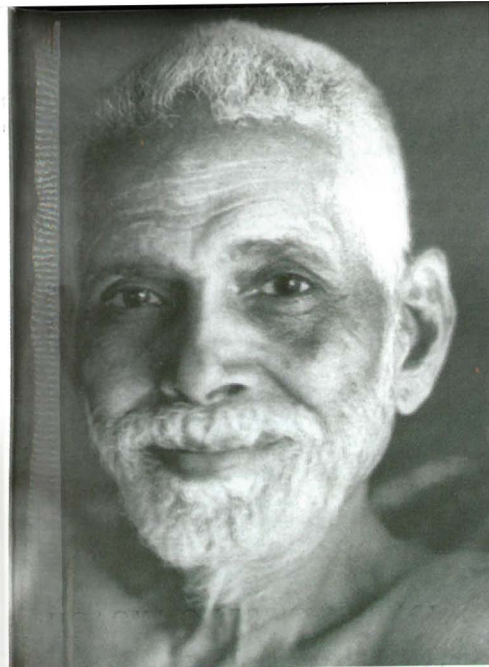
Učení, které je v této knize podáváno, bylo sebráno v březnu až v říjnu 1995, v posledních šesti měsících života Annamalai svámího. Představuje esenci jeho zkušeností vyplývající z jeho celoživotní oddanosti svému guruovi a jeho učení.

ISBN 80-86788-23-7

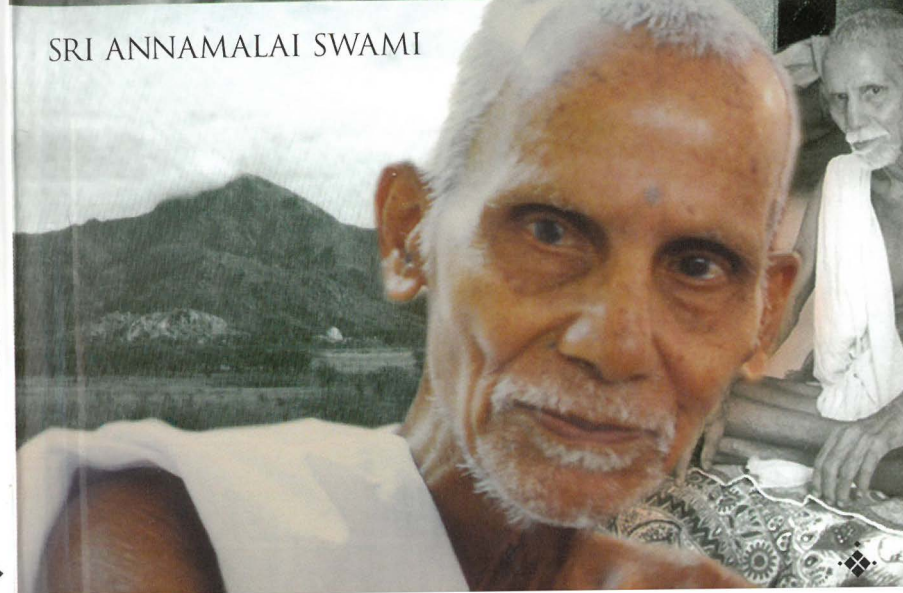


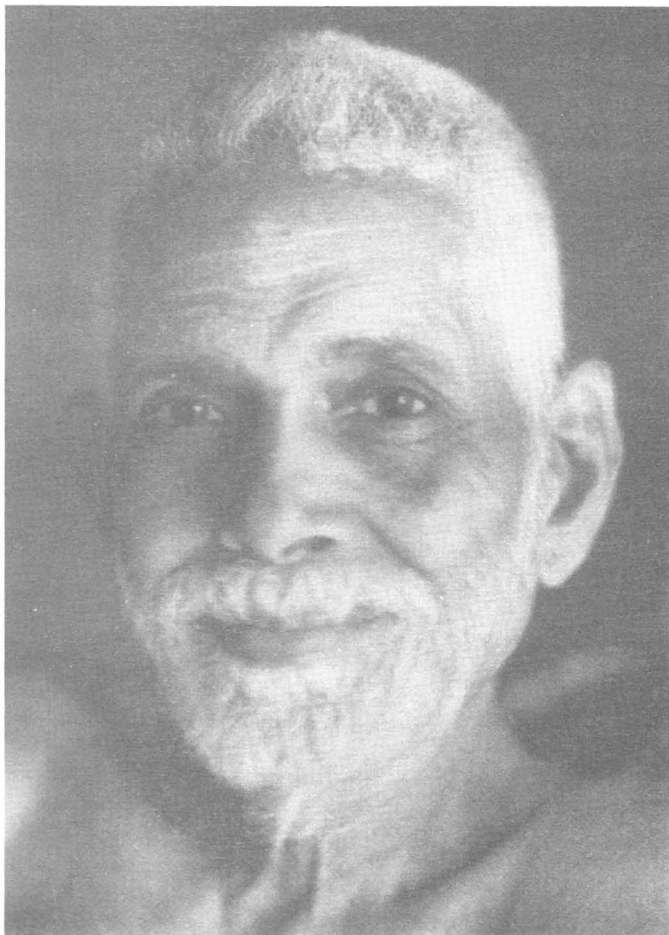
9 788086 788234

SRI ANNAMALAI SWAMI HOVORY O SEBEREALIZACI



SRI ANNAMALAI SWAMI





*Bhagaván Ramana Mahárši*

# Hovory o seberealizaci

**Annamalai svámí**

**Přeložil  
Rudolf Skarnitzl**

## Poznámka překladate

V knize „Final Talks“ od Annamalai svámiho, která se českému čtenáři předkládá, vznikl při překladu určitý problém, který bude dobře čtenáři zmínit. Všechna díla spojená s Ramanou Maháršim, a Annamalai svámí byl jeho dlouholetým žákem, uvádějí, že nejvyšším dovršením lidského snažení a cíle je dosažení sjednocení se „Self“. Doslovný překlad slova „Self“ v našem jazyku neexistuje. Příslušný výraz by byl „to Sebe Samo“. Je zajímavé, že čeština zná jeho druhý pád - sebe sama - ale nezná pád první.

Výraz „Self“ je proto pro překladatele oříškem. Někdy se překládá jako vyšší Já, nebo pravé či svrchované Já. „Self“ znamená „to, co existuje Samo o sobě, poznatelné bez čehokoli jiného, a je podkladem veškerého života, podstata člověka, situovaná nad myslí a intelektem, realizovatelná jako svrchované Já“.

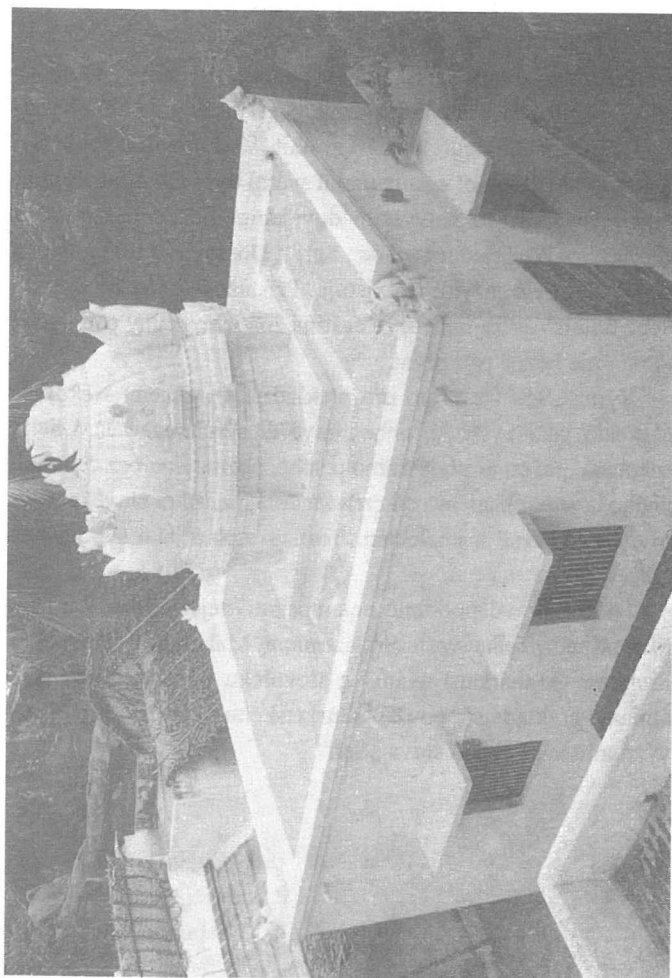
Jelikož pravděpodobně nejautoritativnější dílo o Ramanu Maháršim, „Talks with Sri Ramana Maharshi“ (Hovory s Ramanou Maháršim) uvádí ve slovníčku výrazů „Self“ jako átman, překladatel použil sanskrtského výrazu átman ve významu anglického slova „Self“.

© Annamalai Swami Trust, 2000

© Rudolf Skarmitzl, 2005

© Nakladatelství ONYX, 2005

ISBN: 80-86788-23-7



*Annamalai svámí samádhi*

## Předmluva

Annamalai svámí odložil své fyzické tělo naprosto klidně dne 9. listopadu 1995.

Byl jedním z posledních přímých žáků Ramana Maháršiho a poslední, který s ním sdílel blízkost po více než 20 let.

Narodil se v roce 1906 v malé vesničce na jihu Indie. Již od dětství se u něho projevovala určitá zralost, která se vyjadřovala v touze po poznání a v přirozeném zájmu o duchovní literaturu. Začal ji louskat, sotva se ve vesnické škole naučil abecedu.

Jelikož si osvojil zvyk číst si pro sebe nahlas, brzy se kol něho utvořil kruh posluchačů, kteří brzy vytvořili pravidelný kroužek. Aby byli zcela nezávislí na benevolenci jiných, sami si postavili jednoduchou chatrč, kde se při předčítání scházeli.

Už tehdy začal pociťovat, že v něm vystupuje silná touha stát se sannjásinem, tj. tím, který zamítnul všechno spojení s rodinou a světem a všechny svůj čas věnuje uskutečnění osvědčení, spojení s Bohem.

Někdy v roce 1928 procházel vesnicí jakýsi sádhú, který mu věnoval tamilský text Upadéša Undiár, což byla filozofická báseň, pocházející od Ramana Maháršiho. V knížce byla také fotografie Ramana Maháršiho a Annamalai svámí najednou pocítil, že se dívá na svého gurma.

Ihned v něm uzrálo rozhodnutí, že navštíví Ramana Maháršiho, a již druhý den se rozhodl opustit rodnou vesnici. Rozžehnal se se svou rodinou a přáteli a vyrazil směrem k Tiruvannamalai, kde Ramana Mahárši žil.

Když dorazil do Ramanášramu, Bhagaván Ramana Mahárši jej milostivě přijal, od vedení ášramu obdržel povolení přebývat

přímo v ášramu a byla mu přidělena malá chatička. Brzy obdržel úkol pečovat, jako druhý osobní sluha, o Ramanu Maháršiho, což samo svědčilo o jeho spirituální čistotě.

Po několika letech mu Ramana svěřil úkol dozoru nad stavebními pracemi v Ramanášramu, který, pod tlakem stále rostoucí vlny návštěvníků, byl nucen své prostory zvětšovat. Kuchyně, tzv. stará jídelna, chlévy, sklady Ramanášramu a různé terénní úpravy vznikaly pod jeho vedením.

V roce 1938 dal Bhagaván Annamalai svámu pokyn, aby přestal s pracemi pro Ramanášram a aby se v budoucnosti věnoval osamělému meditativnímu životu v Palakottu, což je areál komunity sádhuů, který vyrostl na západní hranici Ramanášramu, a aby docházel jen na návštěvu do meditační haly. Po čase mu Bhagaván zakázal i tyto návštěvy. Nicméně tvrdost tohoto zákazu byla velmi zmírněna tím, že Bhagaván Ramana velmi často přicházel na procházku do Palakottu a navštěvoval Annamalai svámího v jeho domě. Nakonec však i tyto návštěvy přestaly. Jak se Bhagaván Ramana vyslovil, účelem toho bylo, aby Annamalai svámí neztotožňoval možnou realizaci átmana s tvarem a podobou Ramana Maháršiho.

Když v roce 1950 Bhagaván odložil své fyzické tělo, Annamalai svámí žil dále ve svém domě a po mnoho let tam prováděl svou sádhanu. Všechnu svou energii věnoval vyplnění a vykonávání duchovních cvičení, které mu Bhagaván odhalil. Annamalai svámí prohlásil, že roky meditace, které nepřetržitě prováděl v letech 1950 až 60, mu nakonec přinesly soustavné uvědomování si átmana.

V letech 1980 začalo Annamalai svámího navštěvovat mnoho cizinců, když chtěli od něho obdržet poučení o Bhagavánově učení. Návštěvníci ášramu byli často překvapeni

elegantním, ale důstojným stylem, jakým předával učení, které obdržel od svého Mistra. Ačkoli se mu nedostalo metodického vzdělání, jeho hluboké zkušenosti o diskutovaných otázkách mu dovolovaly předávat informace se vzácnou autoritou.

Je škoda, že jen velmi málo setkání bylo zachyceno, a je jich jen pár, z let 1980 až 90. Nicméně v roce 1995, v roce, kdy Annamalai svámí odložil svou fyzickou schránku ve věku 89 let, se podařilo uskutečnit v měsících březnu až říjnu několik audionahrávek. Tato malá knížka obsahuje záznamy a vlastně vypovídá o názorech, které vyslovil v posledních šesti měsících života.

Annamalaiovo učení bylo nekompromisní a přímé, a snad nikdy neuhnulo od pevného jádra rad, které sám od svého gurua obdržel. Přitom vše bylo řečeno s jemným humorem, ale silou, a vše bylo neodolatelně přitažlivé. V posledních letech života byla jeho malá místnost odpoledne vždy plná poskytované moudrosti.

Pro oddanost k Ramanovi a vlastní dosažené dokonalosti a schopnosti přesně podat a aplikovat jeho učení, Annamalai svámí se stal duchovním rádcem a oporou mnoha hledajících.

Každou zimu jej trápila záducha a při posledních 3 dnech jeho fyzického života se potíže zvětšily. Konec jeho pozemské pouti byl tichý, plný míru, bez známek utrpení, za plného vědomí.

Pravděpodobně to byla má největší životní událost, že jsem Annamalai svámího osobně potkal a několikrát se s ním setkal a hovořil.

Zpravidla nezapůsobil jako mohutná osobnost, spíše jako někdo, kdo se ve vás dotknul jakési struny. Dotek byl zcela nový, neznámý, nikoli však cizí, naopak, zněl jako vlastní, příbuzný. V určitém smyslu byl svámí jako silueta - před vašima

očima bylo vše, nic nebylo skryto, vše bylo jasně načrtnuto. Když se jeho pohled s někým střetnul, díval se přímo, a bylo jasné, že zří, ale nevstupoval do vás. Byl to jasný pohled, který nehrozil ani neovládal. Po okamžiku, kdy se pohnul, bylo zřejmé, že žije zcela beze zbytku v dalším okamžiku. Pokračoval klidně vždy dále, protože na něm nic nelpělo, žádné očekávání či obavy, žil vždy plně pro každý okamžik.

Annamalai svámí měl schopnost předávat spirituální proud uvědomování si svrchovaného átmana. Bytost, která byla schopná se otevřít, pociťovala v jeho přítomnosti jemný proud teplé energie, která se kol něj rozlévala a zároveň se šířil příjemný klid. Mysl tehdy téměř nepozorovaně přestala se svým neúnavným chrlením myšlenek. Nenastalo vakuum, ale aksamitová plnost, která zvala k následování. Všechny obavy a starosti odpadly a byl pouze prostý, radostný pocit míru.

Někteří sádhakové popisují svou zkušenost s Annamalai svámím takto: Uprostřed nastalého příjemného ticha mysli vystoupila v jejich obzoru vědomí najednou jasně a zřetelně otázka: „Kdo je vnímající? Kdo to vnímá, jak myšlenky vystupují?“

Sám bych mé zkušenosti se setkáváním s Annamalai svámím popsal asi takto: Setkání s ním probíhala klidně. Pomocí tlumočnicka svámí ochotně odpovídal na otázky duchovního rázu. Svůj pohled nezaostřoval na žádného z návštěvníků. Zacházel s každým návštěvníkem vlídně a naprosto „civilně“. Přijímal návštěvníky každý den na dobu jedné hodiny. Tehdy projevoval zřejmě přímý vhled do nitra každého účastníka, protože jsem byl svědkem toho, že někomu dovoľoval návštěvu jen dvakrát týdně.

Nemohu říci, že jsem při přijetí pociťoval něco neobvyčejného, ani po jeho ukončení, kdy Annamalai svámí podal

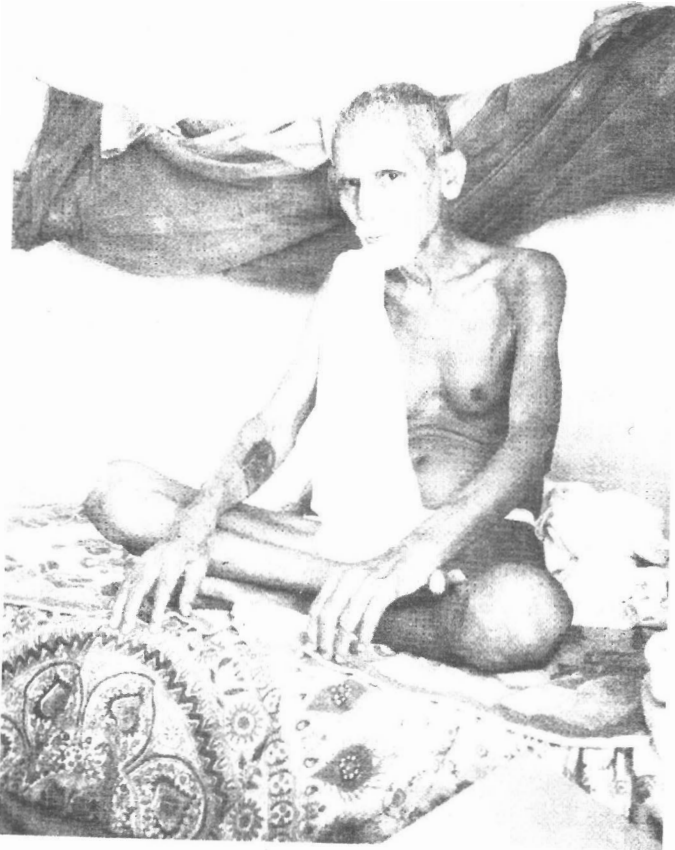
každému pozhnanou sladkost na znamení ukončení slyšení.

Nicméně tak půl hodiny po setkání s Annamalai svámím jsem vždy najednou pociťoval, že se něco ve mně stalo. V nitru se mi ulevilo. Jakoby ze mne něco odpadlo a cosi se otevřelo. Nejmarkantnějším projevem jeho milosti bylo, že síla, která přivádí žáka ke guruovi, po každém setkání sílila. Tento v nitru pociťovatelný proud zesiloval tak, že celou bytost okupoval, až nastalo pochopení, že síla je daleko větší a vyšší než my, naše ego, které se v tu chvíli kdesi zahanbeně krčilo.

Svámího vhled vtlačil do obzoru sádhakova vnímání jednobodové soustředění pro provádění sebezkoumání, založeném na poznání vnitřní polohy plnosti, kterou není možno popsat jiným slovem - než ne-věc. Takto vkládal aktivní semeno sebezkoumání a probouzel žáka do aktivity cesty, kterou bezpečně znal od svého milovaného gurua Bhagavána Ramany.

V místě jeho samádhi (hrobky) vládne míruplná, ale mocná atmosféra přítomnosti, která z něho vyzařovala.

*Rudolf Skarnitzl*



*Annamalai svámi*

A.S.: Mysl je jen stínem. Pokusy ji polapit a kontrolovat jsou bezvýznamné. Jsou to jen stíny, které stíhají stíny. Nemůžete se zmocnit stínu tím, že ho budete pronásledovat, nebo že ho zadržíte jiným stínem. Jsou to jen dětské hry.

Ram Tirtha jednou vypravoval o malém chlapci, který utíkal s kopce, ve snaze chytnout hlavu svého stínu. Samozřejmě, že to nedokázal, ať běžel jak rychle mohl. Stín jeho hlavy byl vždy aspoň metr před ním.

Jeho matka, která se na něho dívala, se smála a volala na něho, aby chytil svou hlavu do rukou. Když ji chlapec uposlechl, tak stínová ruka držela stínovou hlavu, a to ho uspokojilo.

Takové rady mohou uspokojit jen děti, ale nemohou být užitečné v oblasti sádhany a meditace. Nehoňte se za svými stínovými myšlenkami a za myslí, která je také stínu podobná, technikami, které říkají, jak zkontrolovat mysl, protože tyto techniky jsou také stínové. Místo toho se vraťte ke zdroji stínové mysli a tím buďte. Když budete v tom místě přebývat, budete šťastní a touha, která vás nutí, abyste honili stínové myšlenky, odpadne.

Bhagaván často vypravoval historku o muži, který se snažil pohřbít svůj stín v jámě. Vykopal jámu a stoupl si na kraj jámy tak, že jeho stín byl právě na dně jámy, kterou vykopal. Ihned začal na stín v jámě nahrnovat zem, aby ho pohřbil. Samozřejmě bylo jedno, kolik země do jámy shodil, stín stále zůstával na vrcholku země.

Vaše mysl je neskutečný stín, který vás následuje, kamkoli půjdete. Pokusy mysl kontrolovat nebo odstranit nemohou mít úspěch, jelikož při nich přetrvává víra, že mysl je skutečná, a že je něčím, co můžete ovládnout fyzickou či mentální aktivitou.

Ot.: Je však přece nutné ten stín nějakým způsobem eliminovat, ne?

A.S.: Když nastane seberealizace, pak už žádné myslí není. Nicméně se nestanete seberealizovaným, když se zbavíte myslí. To nastane, až když pochopíte a víte, že žádná mysl ve skutečnosti neexistuje. Je to poznání toho, co je skutečné a pravdivé, a zároveň se vzdáváte mylné myšlenky o realitě a solidnosti pomíjejícího stínu, který nazýváte myslí.

Toto je vysvětlení, proč Bhagaván a mnoho jiných učitelů uvádějí srovnávání hada a lana. Jestliže zaměníte na zemi svinuté lano za hada, had existuje jen jako myšlenka ve vaší myslí. Tato myšlenka vám může nahnat mnoho strachu a obav a vyvinete i mnoho mentální energie, abyste se buď hadu vyhnuli nebo ho zabili. Nicméně skutečností zůstává, že mimo vaši představivost tam žádný had neexistuje. Když poznáte lano, které bylo podkladem pro vaši klamně navalenou ideu hada, pak vaše idea, že tu je had, okamžitě zmizí a je nahrazena skutečností lana. Nezmizel skutečný had. Jediné, co zmizelo, je vaše klamná myšlenka.

Podklad, na který je klamná idea myslí navalena, je átman. Když pozorujete mysl, pak vůbec nevnímáte átmana, který je podkladem. Je zakryt trvajícím klamnou myšlenkou. A naopak, když pozorujete átmana, pak žádné myslí není.

Ot.: Ale jak se vzdát klamného názoru, že mysl je skutečná?

A.S.: Stejným způsobem, jak se vzdáváte každé jiné klamně ideje. Jednoduše přestanete v ní věřit. Jestliže vám to spontánně nenastane, když jste slyšel pravdu od učitele, pak si říkejte: „Nejsem mysl, nejsem mysl. Není žádná mysl, není žádná mysl, jedině Vědomí existuje.“ Když budete mít pevné přesvědčení, že to je pravda, jednoho dne toto pevné přesvědčení uzraje a stane se přímou zkušeností.

Jedině Vědomí existuje. Když vyplodíte pevné přesvědčení o jeho pravdivosti, pak toto pevné přesvědčení se stane vaší přímou vlastní zkušeností.

Jedině Vědomí existuje. Jinými slovy, cokoli existuje, je pouze Vědomí. Podržte toto v myslí a nedovolte, abyste pokládali něco jiného za skutečné. Když to zanedbáte a poskytnete jen trochu reality myslí, pak se stane vaší klamnou skutečností. Jakmile jednou vystoupí toto počáteční pomyslné ztotožnění - já jsem mysl, mysl opravdu je - pak vyvstanou problémy a s nimi utrpení.

Nebojte se myslí, je to klamný tygr, který postrádá skutečnost. To, co není skutečné, vám nemůže uškodit. Strach a úzkost vystoupí jedině, když věříte, že ve vaší blízkosti se objevil skutečný tygr. Někdo může žertem napodobit řev tygra, aby vás postrašil, ale když se vám sám ukáže, všechen strach z vás spadne, protože najednou vidíte, že mimo vaši představu tu nikdy žádný tygr nebyl.

Ot.: Je možné mít dočasnou zkušenost átmana, pravého podkladu, která se pak ztratí. Můžete mi nějak poradit a poskytnout vedení, jak tento stav stabilizovat?



A.S.: Rozsvícená lampa může při příliš silném větru zhasnout. Když ji chcete znovu spatřit, musíte ji znovu rozsvítit. Átman však takový není. Není plaménkem, který mohou kmitající větry myšlenek a tužeb sfouknout. Je stále jasný, stále zářivý a je tu vždy. Jestliže si ho neuvědomujete, znamená to, že jste vsunul před to záclonu a ta vám překáží v pohledu. Átman se neschovává za zástěnu. Vy jste tím, kdo vytváří clonu, protože věříte v ideje, které jsou neskutečné. Když se záclona rozhrnuje a zase stahuje, pak to znamená, že stále věříte falešným idejím. Pokud je úplně vyhladíte, už se neobjeví. Jelikož však tyto názory stále zaclánějí átmana, je pro vás nutné, abyste stále prováděl sádhanu.

Když se vrátím k vaší otázce, pak platí, že átman se nepotřebuje stabilizovat. Je v sobě plný a úplný. Mysl možno stabilizovat nebo destabilizovat, ale átmana ne.

Ot.: Stálou sádhanou miníte sebezkontinuaci?

A.S.: Ano. Silou praxe, prováděním sádhany, se začlenění úplně odstraní. Další překážky nebudou. Můžete se vypravit na vrchol Arunáčaly, ale když nebudete dávat pozor, můžete sklouznout a skončit až u Isanja Mathu (hinduistická instituce na úpatí hory).

K tomu, abyste realizovali átmana, musíte vyvinout nesmírné úsilí. Snadno se stane, že se zastavíte na cestě a znovu spadnete do nevědomosti. Každým okamžikem můžete sklouznout zpátky. Musíte vyvinout velmi odhodlané úsilí, abyste zůstal na vrcholu, když jste jej poprvé dosáhl. Nakonec však přijde čas, kdy budete zcela upevněn v átmanu. Když toto nastane, už nemůžete spadnout. Dosáhl jste svého určení a žádné další úsilí už není

třeba. Dokud toto nenastane, je neustálá sádhana nutná.

Ot.: Je důležité mít v tomto stavu gurua, tj. když se vyžaduje stálá sádhana?

A.S.: Ano. Guru vás vede a říká vám, že to, co jste vykonal, nestačí. Když naplňujete vědro vodou, můžete stále přidávat, dokud v něm je místo. Když však je úplně plné, ba přetéká, pak nemá smysl přidávat ani jedinou kapku. Můžete zastávat názor, že jste udělali již dost, a můžete si myslet, že vaše vědro je plné, ale guru je na tom lépe a je schopen vidět, že tam je ještě prázdný prostor a že je nutné ještě vodu přidat. V těchto věcech nespolehejte na vlastní úsudky. Stav, kterého jste dosáhl, vám může připadat, že je úplný a závěrečný, ale když guru řekne: „Ještě potřebujete provádět sádhanu,“ pak mu věřte a přidejte na úsilí.

Bhagaván často říkával: „Fyzický guru je vně a říká vám, co máte dělat, a zatlačuje vás do átmana. Vnitřní guru, átman sám, vás přitahuje k sobě.“

Jakmile jste se jednou usadili ve vnitřním guruovi, v átmanu, rozdíl mezi guruem a žákem mizí. V tomto stavu již nepotřebujete pomoc žádného gurua. Vy jste To, jste átman.

Dokud řeka nedosáhne oceánu, musí téci proudem. Když se však vleje do oceánu, stane se oceánem a její proud ustane. Voda řeky má původ v oceánu. Když teče, rází si cestu zpět ke svému zdroji. Když meditujete nebo provádíte sádhanu, proudíte zpět ke zdroji, ze kterého jste vzešli. Když jste dosáhli zdroj, pak zjistíte, že všechno, co existuje - svět, guru, mysl, je jedno. Tehdy již nevznikají rozdíly.

Nedvojnost je džňána, samsára je dvojnost. Když budete schopni se vzdát dvojnosti, jediné brahman zůstává a vy víte, že jste To - brahman. K tomu, abyste učinili tento objev, je zapotřebí vytrvalé meditace. Nevyhrazujte si k tomu určitý čas. Nepohlížejte na to tak, že to děláte, když máte zavřené oči a sedíte. Meditace má být neustálá. Provádějte ji zatímco jíte, chodíte, ba i když mluvíte. Je nutné v ní stále a vytrvale pokračovat.

Ot.: Jaký vztah má džňánin ke svému tělu? Jak ho pociťuje?

A.S.: Džňánin si své tělo ve skutečnosti neuvědomuje. A pokud ano, pociťuje jej jako prostor.

Po jedné operaci, při které se odstraňoval nádor na paži Bhagavána, jsem si dělal starost, a tak jsem do ášramu poslal jedno děvče, které pro mě pracovalo, aby se zeptalo Bhagavána, jak mu je. Já sám jsem nemohl jít, protože Bhagaván mě žádal, abych ho nenavštěvoval.

Když děvče Bhagavánovi řeklo, proč přišlo, začal se velmi hlasitě smát. Vyložil jsem si to tak, že to znamenalo, že ve skutečnosti se vůbec nic nestalo. Jeho smích byl pro mne zprávou, že Bhagaván není tělem, a že proto nemám být rozrušen nebo mít starost o to co se s jeho tělem děje.

Léta předtím jsem chodil s Bhagavánem po hoře, když jednou poznamenal: „Vůbec nepociťuji tíži těla. Mám pocit, že procházím volně oblaky.“ Také mám někdy ten pocit, když se procházím.

Ot.: Včera jsem tu nebyl, ale doslechl jsem se, že se někdo ptal na vibrace, které vycházejí z džňánina. Vy jste také hovořil o vibracích, které vysílají běžní nebo špatní lidé. Můžete mi opakovat, co jste říkal?

A.S.: Vibrace džňánina pokračují i tehdy, když opustil své tělo. Všichni lidé zanechávají po sobě vibrace v místech, kde byli a žili. Džňánin vyzářuje dobré vibrace a špatní lidé zanechávají po sobě špatné. Nemíním tím

hrubohmotné fyzické projevy, které každý cítí. Vibrace džňánina jsou jemné. Rozhlasový pořad můžete slyšet, jedině když máte rádio naladěné na stejnou frekvenci.

Vibrace džňánina zachytíte, máte-li klidnou a tichou mysl. To je vlnová délka vysílání. Když nejste na tuto frekvenci naladění, nemůžete očekávat, že je zažijete nebo z nich budete mít dobrodiní, i když je tam džňánin zanechal.

Ot.: Je intenzita vibrací silnější když stojím v blízkosti džňánina?

A.S.: Ano.

Ot.: Je to stejné i u Arunáčaly?

A.S.: Ano, o tom není pochyb. Bhagaván sám prohlásil, že když někdo žije na úpatí Arunáčaly, nepotřebuje od nikoho zasvěcení. Když jsou vaše úmysly čisté a svaté, pouhé žití zde může být dobrou sádhanou. Guhaj Namášivája, světec, který žil na hoře před několika stoletími, v jedné ze svých básní říká, že Arunáčala přitahuje hledající, tak jako magnet přitahuje železo. Od pradávných dob byla šakti, síla hory, skrytá, ale Bhagaván ji pro každého zpřístupnil. Bhagaván ve verši 93 v Akšaramanamalai říká: „Zpřístupnil jsem veřejně tvé působení. Nechtěj mne proto nenávidět.“

Je to vzácné, že se Bhagaván tak otevřeně k něčemu přiznal, že to učinil či dovršil. Málokdy použil slovo „já“, když hovořil o nějaké události, která se dříve stala v jeho životě. Někdy používal trpný rod a řekl „něco se mi stalo“. Někdy, když chtěl něco velice zdůraznit, použil jméno někoho jiného, když vypravoval příběh, který se mu samotnému stal.

Ot.: Pojedu nyní na dva měsíce do Evropy. Možná, že to bude i déle, neboť je možné, že budu muset pobyt prodloužit.

A.S.: I když prodloužíte svou cestu, Arunáčala vás zase přitáhne. Přitahování má v povaze, stejně jako magnet přitahuje železo. Jakmile jednou vytvoříte spojení s Arunáčalou, bude vás znovu a znovu přitahovat. Tomu nemůžete odolat.

Ot.: Takže návštěva tohoto místa je pro nás spojená s určitým nebezpečím?

A.S.: Nebezpečí hrozí pouze egu. Dokud se nestaneme jedno s Arunáčalou, bude nás přitahovat, aby zničila ego. Voda v řece nemůže zůstat tam, kde je. Gravitační síla ji nutí, aby tekla dolů, zpět k jejímu původnímu zdroji.

Ot.: Řekl jste, že pouhé žití v blízkosti Arunáčaly by mohlo být dobrou sádhanou. Stejně musí být, když žijeme v blízkosti džňánina. Vypravoval jste mnoho povídek, jak život s Bhagavánem změnil lidi, i takové, kteří nevyvíjeli mnoho úsilí v meditaci nebo vykonávali jen nějakou formální sádhanu.

A.S.: Ano, byli jsme nesmírně zvýhodněni tím, že jsme byli v jeho přítomnosti a vykonávali obyčejné každodenní práce. Byl vždy na dosah tomu, kdo potřeboval poradit se sádhanou. Byli jsme také zvýhodněni jeho přítomností, že nám byl příkladem, jak si v životě správně počínat.

Většinou Bhagaván vypadal jako bezstarostný, shovívavý, tolerantní dobrácký otec. Pokud jsme se neřídili jeho instrukcemi, v různých situacích našeho života, na chvíli to vypadalo, že nám dovoluje, abychom šli svou vlastní cestou. Někdy se i zdálo, že souhlasí s některými

špatnými věcmi, které jsme prováděli, ale pomalu, když k tomu byl pravý čas, nás přivedl zpět na jeho vlastní cestu.

Ot.: Takže když lidé dělali věci, které byly opravdu špatné, tak si nestěžoval ani nezasáhl?

A.S.: Když Bhagaván žil v jeskyni Mangového stromu, jakýsi Džáda svámí mu nadělal mnoho potíží. Zpočátku, když se poznali, když Džáda svámí prováděl púdžu, pozval vždy Bhagavána a žádal ho, aby tloukl na buben ve chvíli, kdy obřad dospěl k vrcholu. To samozřejmě mělo ukazovat, že Bhagaván při púdže zastává funkčně nižší místo než Džáda svámí. Džáda svámí dělal z púdži velkou podívanou, takže veřejnost a kolemjdoucí poutníci pokládali takový obřad za atraktivní. Samozřejmě že dojem, který Džáda svámí púdžou vyvolával, byl velmi impozantní. Měl dlouhé rozčuchané vlasy, divoký pohled, takže vypadal jako archetyp asketického sádhua.

Nicméně mnoho lidí si při púdže všimlo zářivého výrazu mladého chlapce, který tloukl na buben, a někteří se začali před ním sklánět, protože zachytili něco z jeho zářivé svatosti.

Když to zpozoroval Džáda svámí, začal velice žárlit, a aby znovu získal pozici první osoby, začal návštěvníkům říkat: „On je mým žákem, takže i jemu se můžete poklonit.“

Bhagaván nikdy nic nenamítal, když se Džáda svámí choval tímto způsobem a nepravdivě ho prohlašoval za svého žáka.

Když se však ukazovalo, že Bhagaván sám od sebe přitahuje stále větší množství lidí, Džáda svámí začal tak žárlit, až se pokoušel Bhagavána z hory odehnat. Jednou

když Bhagaván seděl venku před jeskyní Virúpákša, Džáda svámí se ho pokusil zabít tím, že se snažil na něj svalit velký balvan. Bhagaván seděl zády k Džáda svámímu, avšak zaslechl, jak se valí menší kameny před velkým balvanem a tak byl varován, vyskočil a chytil Džáda svámího přímo při činu. Když ho takto přistihl a zeptal se, co to dělá, Džáda svámí začal předstírat, že to byl jen žert, a říkal: „Udělal jsem to proto, abych zjistil, zdali se lekneš.“

Bhagaván ho ani po této události nikdy nekritizoval a oba dva pak ještě mnoho let žili blízko sebe na hoře.

Ot.: Takové chování, zvláště věci, které Džáda svámí prováděl, není chování, které by člověk očekával od sádhua, který žije na Arunáčale.

A.S.: Guhaj Namašivája, který na Arunáčale žil před několika sty lety, byl také známý svým špatným chováním. Je dobře známa příhoda, kdy proklel skupinu tkalců, kteří mu způsobili určitou obtíž. Během krátké doby se jim obchody přestaly dařit. Kletba byla zřejmě dlouhotrvající, protože v následných letech kdy se kdo snažil o tkalcovství v Tiruvannamalaji, vždy se setkal s nezdarem.

Ot.: Takže chcete říci, že Bhagaván byl velmi tolerantní k lidem, kteří s ním špatně zacházeli?

A.S.: Ano, nikdy negativně nereagoval, ať to byla jakákoli kritika. Někdy se dokonce smál, když lidé o něm říkali špatné věci. Byl zcela nad chválou či hanou. Vůbec se ho nedotýkaly.

Když Perumal Svámí vytiskl urážlivou knihu o Bhagavánovi, Bhagaván na to řekl: „Dejte tu knihu před

ášram, aby ji lidé mohli číst. Dobří tomu nebudou věřit, ale když ji budou číst špatní, pak se budou držet stranou a dají mi pokoj.“

To se stalo v třicátých letech, v době, kdy velké množství lidí začalo přicházet do ášramu. Perumal Svámí udělal dobrý kus práce, když sám provedl distribuci této knihy, neboť mnoho příležitostných návštěvníků přestalo chodit. Bylo to pro nás něco jako zlom, protože mnoho lidí přicházelo právě v čase jídla, s nadějí, že obdrží pohoštění. Tito vyžírkové nám byli jen na obtíž.

Sundaram (tlumočnick): Stejná věc se děje zde. Vždy na Punaravasu (27. den v hinduistickém kalendáři - svátek), jsme vařili speciální jídlo a k tomu pozvali nějaké stoupence. Jeden však přivedl s sebou sedmnáct jiných lidí, aniž by to předtím řekl svámímu, a žádný z nich nebyl stoupencem. Nikoho z nich jsme předtím neviděli. Měli jsme uvařeno jen pro 15 lidí. Kdyby jeden nebo dva přišli navíc, nějak bychom to byli zvládli, ale těmto všem jsme nemohli poskytnout jídlo. Rozdělili jsme uvařené na velmi malé porce a pohostili všechny neznámé lidi, kteří sem přišli, jen aby se najedli. Když bylo po jídle, začali chodit kolem a provádět neplechu. Obtěžovali lidi v kuchyni, kteří ještě vařili, a nakonec ukradli sandály jednomu ze stoupenců.

Svámí nemá nic proti tomu se scházet se sádhaky, kteří chtějí hovořit o důležitých duchovních věcech, ale nemá rád funkční setkání, kde se sejde mnoho lidí. Je velmi slabý, a tak většinu času touží po tom, aby ušetřil svou energii pro důležitější věci.

A.S.: (směje se) Většině lidí, co přicházejí, dávám

jen vibhúti. Ale je jedno, jak moc odrazují lidi, oni přicházejí vždy znovu a často k tomu ani nemají dobrý důvod. Fyzicky jsem slabý, takže mohu s nimi být nyní již jen krátkou dobu. Snad se trochu podobám studni, která je napájena slabým pramenem. Stačí málo lidí, aby současně nabrali vědrem vodu, a studna je prázdná. Pak musí nějaký čas čekat, než nová voda zase nateče.

### 3

(Jeden stoupenec, který přišel za Annamalai svámím, trpěl tak velkými bolestmi nohy, že bylo pro něj velmi obtížné udržet se normálně v sedě na zemi. Když si Annamalai svámí všiml jeho potíží, učinil následující poznámku:)

A.S.: Ačkoli tělo potřebujeme k sádhane, neměli bychom se s ním ztotožňovat. Měli bychom ho dobře využívat a dobře o něj pečovat, ale neměli bychom mu věnovat přílišnou pozornost.

Tolik myšlenek se honí myslí. Myšlenka za myšlenkou a zase myšlenka, nikdy to nekončí. Ale existuje jedna myšlenka, která je trvalá, i když většinou podvědomá: „já jsem tělo“. To je nit, na kterou jsou navlečeny všechny ostatní myšlenky. Jak se jednou ztotožníme s tělem a myšlenkou se zabýváme, májá hned následuje. Z toho také vyplývá, že když se přestaneme ztotožňovat s tělem, májá na nás již nebude působit.

Májá elementárně neexistuje. Bhagaván říkal, že májá doslova znamená „to, co není“. Je neskutečná, protože vše, co májá produkuje, je výplodem klamných idejí. Výsledkem toho je, že bereme za skutečné něco, co v opravdovosti není skutečné. Jak může něco, co není skutečné, vytvářet něco, co by bylo skutečné? Jestliže neplodná žena říká, že ji zmlátil její syn, nebo že byla poraněna rohy zajíce, budou ji správně pokládat za pomatenou. Něco, co neexistuje, nemůže být příčinou utrpení či čehosi jiného.

Májá vypadá, že je skutečná, že má opravdovou existenci,

ale to je klamný zdání. Pravdou je, že není skutečná; nemá žádnou existenci.

Jak se zbavit pocitu „já jsem tělo“ a máji, která pocit vytváří? Je to možné, máme-li vyrovnaný pohled, který nás nechává nedotčené extrémními protiklady, jako je štěstí a neštěstí, potěšení a bolest. Když je takový pohled dosažen, pak idea „já jsem tělo“ odpadá a májá je překonána.

Ot.: Je třeba se dívat na tělo jako na neskutečné, jako na „ne-moje“? Jaký postoj mám mít k tělu? Jak se mám dívat na všechny smyslové informace, které poskytuje?

A.S.: Tělo samo o sobě je necitné a bez života. Bez mysli nemůže fungovat. A jak funguje mysl? Skrze pět smyslů, kterými je tělo vybaveno. Mysl a tělo jsou jako jazyk a zuby v našich ústech. Musí v souladu pracovat. Zuby nebojují s jazykem a nekoušou ho. Mysl a tělo by měly stejně harmonicky spolupracovat.

Když však chceme jít nad tělo a mysl, musíme rozumět a plně přijmout to, že všechny informace, které nám smysly obstarávají, postrádají na skutečnosti. Jako fata morgána vytváří přelud oázy v poušti, smysly vytvářejí dojem, že svět, který mysl před námi vnímá, je skutečný. Zdánlivá skutečnost světa je iluzí a jedná se o špatné pochopení. Když mysl vnímá hada tam, kde ve skutečnosti je pouze lano, pak je to jasný příklad, kdy smysly posílají pomyslný obraz, který je položen na skutečném podkladě. V daleko větším měřítku se promítá neskutečný projev světa, jak jej poskytuje mysl a smysly, na skutečném podkladu átmana.

Když jednou nastane, že vidíme ono navalení, (neskutečného na Skutečné), pak vnímáme neskutečnost jmen a

tvarů, které jsme stvořili a zapomněli na substrát, skutečnost, která je jim podkladem. Naši učitelé a naše duchovní literatura uvádějí mnoho příkladů. Když vidíte např. vyřezaného slona, pak v tom okamžiku zapomínáte, že to je jen dřevo. Vidíte vyřezaný tvar a vaše mysl dá tomu tvaru jméno slon. Zatímco vaše mysl zaznamenává jméno a tvar slona, zcela odpadá, že se jedná o objekt, který je kusem dřeva. Stejně to je, když vidíte zlatý šperk. Vidíte tvar, který nazvete prstenem nebo náramkem, a při pozorování onoho tvaru dočasně zapomínáte na substanci, ze které je zhotoven.

Sebezkoumání je proces, při kterém je pozornost zaostřena na substrát, a nikoli na jména a tvary, které jsou na něj navaleny. Átman je substrátem, ze kterého se všechny věci zdají vystupovat, a džňánin je ten, který je si neustále vědom jejich pravého podkladu. Nikdy není oklamán tím, že by věřil ve jména a tvary, které smysly vnímají a které by měly svou vlastní existenci.

Vše co v této místnosti vidíme, např. obraz Bhagavána zde nahoře, vše je neskutečné. Tyto věci nemají více skutečnosti, než objekty, které vidíme v našich snech. Myslíme si, že žijeme v opravdovém, hmotném světě a že naše mysl a těla jsou skutečnými entitami, které se v něm pohybují. Když je átman pozorován a poznán, všechny takové myšlenky vyblednou a zůstáváme pouze s poznáním: Jenom átman existuje.

Ot.: Pokud se budu dívat na všechny lidi jako na neskutečná promítnutí, na čem zakotvím pocit morálky? Mohu tu chodit a je zabíjet, okrádat, aniž bych se pocíťoval vinen, protože vím, že to jsou jen určité osoby v mém snu.

A.S.: Všechno co vnímáme je májá, neskutečný sen, avšak člověk by neměl přemýšlet tak, že by si říkal: „Jelikož je vše neskutečné, mohu dělat, co chci“. Pro špatné činy, které jsme ve snu způsobili, jsou snové důsledky, a jelikož stále sníte, že se pohybujete ve skutečnosti, budete za své špatné činy trpět. Nepodporujte zlo a nenávisť. Buďte ke všemu vyrovnaní.

(Annamalai svámí se pak otočil ke stoupenci, který seděl před ním bez pohnutí a měl zavřené oči). Řekl: „Když sedíte v meditaci bez pohnutí delší dobu, mysl se stane tupou a tamasickou. Když sedíte, pohněte prsty u nohou, to je dobrý prostředek, jak se zbavit tamasického vlivu. Mirabai měla ve zvyku tančit a zpívat, to je dobrý způsob meditace. Giri pradakšina (obcházení kolem Arunáčaly) je také velmi dobrá. Je to meditace v chůzi.“

A.S.: Dnes vám budu vypravovat povídku, kterou jsem kdysi slyšel. Ve vesnici žil bohatý muž. Od svého mládí až do stáří se neustále věnoval rozmnožování svého bohatství. Vlastnil mnoho domů a lány pozemků. Tak jak nabýval bohatství zvětšovalo se jeho ego. Rád se vychloubal svým bohatstvím.

Jednou když seděl před svým domem a měl v ruce hůl, šel kolem chudý člověk, o kterém se vědělo, že je trochu hloupý.

„Proč držíte tu hůl v ruce?“, zeptal se chudšas. Bohatec si řekl, že si z něj udělá legraci, a proto řekl: „To je zvláštní hůl. Byla věnována hlupákovi a putuje od jednoho člověka ke druhému a každý, kdo ji obdrží, musí ji předat někomu, kdo je hloupější než on.“ To řekl a podal chudákovi hůl. Hned však pokračoval: „Nyní jsi na řadě ty, když ji vlastníš. Musíš si ji nechat, dokud nenajdeš někoho, kdo je větším hlupákem než ty.“

Chudák ji pokorně přijmul a začal hledat někoho, o kom si myslel, že je hloupější, než on sám. Jelikož byl daleko nejhlopějším ve vesnici, nemohl nalézt někoho, komu by ji předal.

O několik týdnů později se doslechl, že bohatec je nemocný a že umírá. Šel ho navštívit, z části proto, aby mu předal poslední pozdravení, a také proto, aby mu řekl, že se mu nepodařilo najít někoho, komu by mohl předat hůl. Chudák bral totiž svou vazbu na hůl velice vážně. Chtěl proto od bohatce radu, co si s tím má počít.

Po úvodním hovoru, který se týkal zdraví bohatce a osudu hole, se chudý muž zeptal bohatce, co se stane se všemi jeho penězi až zemře.

Bohatec mu řekl: „Všechny své peníze tu musím nechat. Nevím, kdy a kde se příště narodím, a nevím o možnosti, že bych si mohl vzít nějaké peníze s sebou. Budu muset začít od začátku s prázdnýma rukama.“ Nastalo zachmuřené ticho, protože bohatci se nelíbilo, že se bude muset s penězi rozloučit.

Chudšas nikdy o smrti opravdově neuvažoval. Chvilí se zamyslel, a tu mu najednou vysvitnul závěr a řekl: „Musíte si vzít hůl“, a podal mu ji zpět, „neboť jsem teď pochopil, že vy jste větší hlupák než já. Ačkoli jste dlouho žil a měl mnoho příležitostí, opravdu cenné jste nikdy nezískal, něco, co byste si mohl vzít s sebou. Nemáte mír v mysli, protože vás trápí, že ztratíte peníze. Nabral jste si nedobrý karman, protože jste celý svůj život strávil v sobectví. Za několik dní budou ty hromady peněz, které jste nashromáždil, pro vás mít stejnou cenu jako hromada odpadků. Tyto peníze nemají pro váš příští život žádnou hodnotu. Tím, že jste celý svůj život věnoval hromadění věcí, které se na konci vašeho života prokázaly jako neužitečné, sám jste prokázal, že si zasluhujete tuto hůl.“ Položil hůl bohatci na postel a odešel.

To mi připomíná podivné pojmenování, které vyřkl jeden žák o svém guruovi. Nazval svého guruu „hromadou odpadků“, a sám sebe označil za slepici.

Když byl požádán o vysvětlení, řekl: „Slepice vždy dovede najít něco dobrého k snědku, když pilně hrabe v odpadcích. Vyžaduje to však úsilí. Ovšem když slepice



přestane hrabat, možnost, že nalezne něco k snědku, končí.“

Ot.: Včera jsem tu nebyl, ale dozvěděl jsem se, že někdo položil následující otázku: „Bhagavánovo učení již uskutečňuji mnoho let, ale nesetkal jsem se se žádnými zřejmými výsledky. Nepocit'uji žádný mír. Co dělám špatně, když žádných výsledků nedosahuji?“

A.S.: Sebezkoumání se musí provádět nepřetržitě. Nepůsobí, pokud se na něj díváte jako na aktivitu pro určitý čas. Např. děláte něco, co neupoutá vaši pozornost a místo toho si řeknete: „Tak teď budu dělat sebezkoumání.“ Pokud máte tento postoj, pak to nepovede k žádným výsledkům. Vykročíte dva kroky vpřed, když provádíte sebezkoumání, ale jdete pět kroků zpátky, když s tím přestanete a zase se věnujete světským záležitostem. Chcete-li se upevnit v átmanu, musíte tomu zasvětit svůj život. Aby vaše odhodlání bylo úspěšné, musí být pevné a musí se projevovat jako nepřetržitě úsilí, nestačí občasné.

Po mnoho životů jste byl ponořen v nevědomosti. Přivykl jste jí. Všechny vaše hluboce zakořeněné víry, všechny vaše způsoby chování jen posilují vaši nevědomost a zesilují stisk, kterým vás drží. Tato nevědomost je velice mocná a je hluboce vpletená do celé vaší psychické struktury, a než se z ní vymotáte, je zapotřebí velkého úsilí, po dlouhou dobu vykonávané. Zvyky a víry, které ji udržují, musíte znovu a znovu odmítat.

Nevědomostí je míněna nevědomost o átmanu a abychom ji odstranili, je třeba sebeuvědomování. Jakmile nastane uvědomování si átmana, nevědomost odpadne. Když neztratíte kontakt s átmanem, nevědomost nikdy nemůže vystoupit.

Když je tma, tak ji odstraníte tím, že přinesete světlo. Temnota není něčím, co by mělo skutečnou podstatu, něco, co byste měli vykopat a vyhodit. Je to pouze nepřítomnost světla, nic víc. Když necháte světlo v temné místnosti, temnota tam najednou není. Nezmizela postupně, kus po kuse. Jednoduše přestala existovat, jakmile se místnost naplnila světlem.

To je jen analogie, protože átman se nepodobá ostatním světlům. Není to objekt, který buď vidíte nebo nevidíte. Je tu celou dobu a svítí jako naše vlastní realita. Jestliže odmítáte její existenci uznat, uznat, že tu je, pak se sami ponořujete v temnotu, kterou si sami představujete. Není to opravdová temnota, je to pouze vaše svéhlavé odmítání uznat, že jste sami světlem. Této na sebe uvalené temnotě se zbavte světlem sebeuvědomování. Světlo átmana máme opakovaně stočit dovnitř, dokud se s ním nestaneme zajedno.

Bhagaván zdůrazňoval, abychom se stočili dovnitř, abychom se setkali s átmanem. To je vše, čeho je zapotřebí. Když se obracíme ven, pak se zaplétáme do objektů a ztrácíme uvědomování si átmana, který v nás září. Když ale opakovanou praxí získáme na síle zaostřovat se na átmana, stáváme se s ním jedno a temnota nevědomosti o átmanu se rozplyne. I když dále pokračujeme v žití v tomto klamném či neskutečném těle, přebýváme v oceánu blaha, který nikdy nezeslábné a nezmenší se.

Ten proces rychle nenastane, protože celoživotní špatné a nevědomé myšlení způsobilo, že většina z nás není schopná se pozorně a pravidelně zaostřovat na átmana v našem nitru. Když opustíte svůj dům a začnete

se od něho vzdalovat a budete tak pokračovat po mnoho životů, pak když se nakonec rozhodnete, že jste si užil dost a že se chcete vrátit tam, odkud jste vyšel, budete pravděpodobně od něho hodně, hodně daleko. Nenechte se odradit délkou výletu a nepovolte ve vašem úsilí vrátit se domů. Otočte se o 180 stupňů a dívejte se přímo na zdroj vašeho výchozího výletu a pořád se pohybujte zpět, odkud jste vyšel. Nevšímejte si bolestí, nepohodlí a zklamání, které vyvolávají dojem, že se zdánlivě nehýbete z místa. Stále se pohybujte zpět, ke svému zdroji, a ať vás na cestě nic nerozptyluje. Buďte jako řeka, která se hrne na výletě zpět do moře. Nezastavuje se, učiní třeba odchylku nebo se rozhodne, že protne i kopec. Nenechá se odvrátit. Jen se klidně a vytrvale pohybuje zpět, směrem, kde její vody mají původ. A když se řeka rozplyne v moři, řeka už není. Zůstává jedině moře.

Individuální bytost pochází ze Šivy a musí se k Šivovi znovu vrátit. Když hoří halda dřevěného uhlí a jeden hořící uhlík se vymrští z ohně, oheň v uhlíku brzy vyhasne. Aby se znovu rozhořel, je třeba jej znovu vložit do ohně, zpět do žhavého zdroje, ze kterého vzešel.

V oddělenosti není štěstí. Individuální bytost, jednotlivec, nepocítuje opravdové štěstí, spokojenost či mír, dokud zůstává oddělenou bytostí. Oddělená bytost pochází z átmana a musí se tam vrátit. Pouze tehdy bude věčný mír.

Energie mysli pochází z átmana. Ve stavu bdění mysl funguje jako oddělená entita. Ve spánku se vrací do svého zdroje. Znovu a znovu se vynořuje a zase se vrací. Takto si počíná, protože nezná pravdu o tom, čím

opravdu je. Je jen átman, jedině átman, ale nevědomost o této skutečnosti způsobuje bídu. Tento pocit oddělenosti dává vznikat touhám, utrpení a neštěstí. Držte mysl v átmanu. Když to dokážete, můžete žít v míru, ať spíte nebo bdíte. V hlubokém spánku všechny rozdíly odpadnou. Když podržíte mysl v átmanu v bdělém stavu, pak nebudou rozdíly ani nesouhlasnosti. Budete vše spatřovat jako své átman.

Ot.: Jak poznáme džňánina?

A.S.: Pro pokročilého hledajícího existuje jeden základní symptom, který je charakteristický, když je v přítomnosti džňánina. Jestliže se mysl hledajícího utiší, bez jakéhokoli úsilí, pak je to dobré znamení. Ale není to test, který by byl platný či rozhodující pro každého. Když nezralý hledající je v přítomnosti džňánina, pak jeho či její mysl zůstanou pravděpodobně stejně aktivní jako předtím. Pro běžného člověka je velmi obtížné poznat, kdo je či není džňánin. Není žádný pevný a spolehlivý test.

To mi připomíná povídku, která pochází od Rámakršny. Jeden sádhu seděl v samádhi ve stínu stromu blízko silnice.

Jakýsi muž šel po silnici a všimnul si sádhu a pomyslel si: „Ten je nejspíše opilý.“ Sádhu se totiž poněkud trásl, a tak se muž domníval, že to je třes opilce.

Za chvíli šel po silnici jiný člověk, a když spatřil sádhu, jeho myšlení mířilo k jinému závěru, říkal si: „Ten vypadá šťastně, asi čeká na svou milou.“

Slunce se už klonilo k obzoru, když šel po silnici další muž. Spatřil, že tam někdo sedí ve stínu stromu a pomyslel si: „To bude zloděj, který se tu zřejmě pod stromem skrývá, aby mohl vyrazit a přepadnout toho, kdo půjde kolem. Aby mi nemohl nic udělat, raději se mu zdaleka vyhnou.“ Učinil proto malou okliku polí, protože se tak cítil bezpečněji.

Brzy potom se objevil čtvrtý muž, který byl na duchovní cestě pokročilý, a rozpoznal svatozář okolo hlavy sádhu.

Ihned si pomyslel: „To musí být osvícený člověk,“ a tak přistoupil k němu a poklonil se mu.

Lidé vidí džňániny svými pokrivenými čočkami myslí. Nic jiného nemohou vidět. Když si dáte na oči žluté brýle, vše, co uvidíte, bude žluté. Změňte barvu skel, a barva, kterou budete vidět, se také změní. Džňánin nemá zkreslující čočky, které by zahalovaly, lámaly nebo měnily jeho vizi. Vidí vše jako Boha, jako svého vlastního átmana

Ot.: Jak získáme nezakrytou, neroztříštěnou vizi?

A.S.: Bhagaván napsal ve „Čtyřiceti verších o Skutečnosti“, že vnímané objekty jsou stejné povahy jako ten, kdo je vnímá. Ve stavu bdění vidí fyzické oči předměty hrubohmotné. Ve snu vidí jemnohmotné oči předměty snového života. Nad tím je oko átmana. Jelikož je neomezené a nehmotné, to, co „vidí“, je neomezené a nehmotné. Džňánin je samotným átmanem, proto vidí a poznává jen átmana.

(A.S. tu zmiňuje čtvrtý verš: „Když je bytost v tvaru, svět a Bůh, jsou také v tvaru. Je-li bytost beztvará, kdo může její tvary vidět, a jak? Může to, co vidíme, být jiné přirozenosti než vidící oko? Átman, jakožto oko, je neomezené oko.“

Bhagavánovo vysvětlení tohoto verše můžeme nalézt v Mahájóze (vyd. 1973, str. 72): „Pokud oko, které vidí, je okem z masa, pak vidí hrubohmotné tvary. Je-li oko vybaveno čočkami, pak může vidět věci, které normálně

nejsou k spatření. Je-li okem mysl, pak jsou vidět jemnohmotné formy. Z toho vyplývá, že vidící oko je stejné povahy jako spatřený objekt, tj. oko samo o sobě je tvarem, a proto nevidí nic jiného než tvary. Vlastní sílu vidění však nemá jak fyzické oko tak mysl. Skutečné oko je átman. Jelikož je beztvare a je čirým neomezeným Vědomím, Skutečností, nevidí žádné formy.“ A.S. pokračuje dále ve svém sdělení)

Átman svítí stále a vždy. Pokud jej nemůžete vidět, protože vaše mysl jej zakrývá či rozkouskovává, pak musíte svůj pohled kontrolovat. Přestaňte pozorovat okem mysl, jelikož takové oko je schopné vidět jen to, co mysl před ním promítá. Chcete-li vidět okem átmana, zhasněte projektor mysl. Neomezené oko átmana samo odhalí, že vše je jedno a nedělené.

Ot.: Když se vrátíme k otázce, kdo je a kdo není džánin, je přece možné dojít k nějakému závěru, když budeme studovat jeho život a učení, ne? Snad se bude jeho stav odrážet v jeho způsobu života?

A.S.: Když budete studovat chování a učení nějakého člověka, nemůžete určit, zda je džáninem nebo není. Z toho to nevyplývá, neboť to nejsou spolehliví ukazatelé. Někteří džáninové mlčí, jiní mohou třeba mnoho mluvit. Někteří jsou ve světě aktivní, jiní žijí od světa odtazeni. Někteří skončí jako učitelé, jiní dávají přednost životu v ústraní. Někteří se chovají jako světci, zatímco jiní jako blázni. Tentýž mír naleznete v přítomnosti všech těchto bytostí, protože mír není dotčen způsobem chování. Jiný společný faktor však neexistuje.

Ot.: O džáninech se předpokládá, že mají vyrovnanou vizi. Není možné rozhodnout, zda je někdo džáninem na základě toho, že zachází stejně s lidmi kolem sebe?

A.S.: Džáninové zůstávají stále vstřebáni v átmanu a jejich vnější chování se jeví jen jako odraz okolností, ve kterých se nacházejí. Někteří se mohou zdát, že jsou rovnostáři. Jiní nikoli. Hrají své určené role, a ačkoli se může zdát, že jsou v nich zapleteni, asi tak jako běžní lidé, ve skutečnosti nejsou dotčeni žádnou událostí, která se v jejich životě naskytne. Může to být stejná vize, vnitřní vyrovnanost, ale neočekávejte, že se všichni džáninové budou rovnostářským způsobem chovat.

Bhagaván často uváděl krále Džanaku jako příklad džánina, který byl zcela zahrnut ve světských záležitostech. Ale když jeho palác zachvátil oheň a úplně shořel, byl široko daleko jediným, kdo nebyl rozrušen.

K tomu se ještě přidružuje vyprávění, že v blízkosti paláce žila skupina sádhuů. Když se začal oheň šířit, zpanikařili a začali shánět své hole, náhradní bederní roušky, své nádoby na vodu apod. Měli velmi skrovný majetek, ale byli k němu velmi připoutáni a opravdu nechtěli, aby padl ohni napospas. Měli daleko větší starost o záchranu svých náhradních bederních roušek než Džanaka o svůj palác. Džanakův palác vyhořel do základů, a on se díval na pohromu s úplnou vyrovnaností. Když budete disponovat takovouto džánanou, pak váš vnitřní mír je pevnou skálou, kterou nic nemůže pohnout.

To, že jste králem a bohatým, nezabraňuje džánaně. Je to jenom otázka správného postoje. Joga Vasištha vypravuje o králi Mahábalovi. Ztratil zájem o své

království, bohatství a potěšení, protože vyvinul silnou touhu po džňáně. Přivolał ke dvoru svého gurua Šukačárju a zeptal se ho, co má dělat, aby dosáhl džňánu. Mahábali předpokládal, že Šukačárja mu poví, aby se vzdal vlády nad svým královstvím a aby odešel do lesů a meditoval.

Namísto toho mu Šukačárja řekl: „Já jsem átman. Všechno je átman. To je vše, co potřebujete znát, abyste dosáhl džňány, po které toužíte. Dnes vám nemohu poskytnout další vyučování, protože mám nějaké setkání s bohy. Nadto, dlouhé vyučování není zapotřebí. Jen si vzpomeňte na slova, která jsem vám řekl. Když budete schopen vždy se držet poznání - Já jsem átman, další praxe nebo zasvěcení není zapotřebí.“

Ještě je jedno podobné vyprávění o Džanakovi: Jakýsi muž jménem Šukabrahman požádal Džanaku o duchovní poradu: „Hledám pravdu.“ řekl, co mi můžete říci?“ Džanaka se ho zeptal: „Když jste sem přišel, co jste viděl?“

Šukabrahman mu odpověděl: „Viděl jsem domy z cukru, silnice z cukru, zvířata vyrobená z cukru. Spatřil jsem váš palác a vidím, že je z cukru. Všechno, co jsem viděl, bylo z cukru. Jak tady stojím, vidím, že vy jste také z cukru vyroben a já jsem také z cukru.“

Džanaka se smál a řekl: „Jste zralá duše. Nepotřebujete žádné poučení. Jste již džňáninem.“

Ot.: Někteří lidé realizují átman pouze tím, že uslyší guruova slova. Jak je to možné?

A.S.: Žáci, kteří jsou duchovně velmi pokročili, mohou realizovat átman, jakmile uslyší pravdu od osvíceného gurua, jelikož slova takových bytostí jsou velmi

mocná. Když jste v takovém pokročilém stavu, pak ona slova zasáhnou jádro vašeho nitra a odhalí vám mír, který je vaší opravdovou přirozeností. Když vám guru řekne, že jste átman, pak v těch slovech je síla a autorita, která způsobí, že se mohou stát ve vás Skutečností. Jste-li čistý a připravený, žádná praxe není zapotřebí. Jediné slovo od džňánina, a jeho stav se stane také vaším.

Ot.: Jak mysl promítá svět, který před sebou vidím?

A.S.: Všechno, co vidíme ve stavu bdění, je snem. Tyto sny jsou naše projevené myšlenky. Špatné myšlenky způsobují špatné sny a dobré myšlenky způsobují dobré sny. Když nemáte žádné myšlenky, pak nemáte vůbec žádné sny. Ale i když sníte, musíte chápat, že váš sen je také átman. Myšlenky nemusíte potlačovat, ani být naprosto oproštěn od myšlenek, abyste přebýval v átmanu. Když víte, že vaše bdění či snění je átman, pak myšlenky a sny, které vytvářejí, mohou pokračovat. Už pro vás nebudou představovat žádný problém. Jen buďte stálý v átmanu. V takovém stavu budete vědět, že ať se vám cokoli projeví, vše je pouze sen.

Ot.: Snažím se vyjádřit toto: „Jak vytvářejí myšlenky a touhy svět, ve kterém žijeme?“ Nezdá se, že je možné, že všechno, co mohu vidět, je projevem mých skrytých přání?

A.S.: Představte si, že nějaký člověk má chytit vlak v 9 hodin dopoledne. Ulehne do postele s myšlenkou „musím se probudit dříve, abych stihl vlak“.

V noci se mu však stane, že se mu zdá sen, že se probudil ve 2.30. Pamatuje si, že má jet vlakem, sní, že vstává a jde na nádraží, vstoupí do vlaku a sedne si.

Pak ho napadne: „Dnes ráno jsem vstával hodně brzy. Jsem trochu ospalý. Natáhnu se na chvíli a zdřímnu si.“ Natáhne se a usne.

Druhý den ráno se probudí doma v 8 hodin ve vlastní posteli a uvědomí si, že už nestihne vlak. Celá jeho cesta vlakem se odehrála ve snu, který se vyvolal myšlenkou: „Musím se probudit tak, abych stihl vlak v 9 hod.“

Bdění, které berete za skutečné, je jen rozvíjející se sen, který se vám projevil na základě nějaké skryté touhy nebo obavy. Vaše vásany vyražejí a šíří se téměř zázračně a stvořují pro vás bdělý snový svět. Dívejte se na to jako na sen. Poznejte, že to je jen rozšíření vašich myšlenek. Neztrácejte ze zřetele átman, podklad, na kterém je tento obrovský věrohodný sen promítnut. Když se držíte poznání „Já jsem átman“, budete vědět, že sny jsou také átman, a vy v nich nebudete zapleteni.

Ot.: „Všechno je Jediné“ - může být pravda, ale člověk nemůže se vším ve světě zacházet stejně rovnocenně. V každodenním životě musíme rozlišovat a činit rozdíly.

A.S.: Ano. Jednou jsem vyšel na procházku a cesta mne zavedla k nouzovým chatrčím a přišel jsem k splaškovému příkopu. Musel jsem se tomu vyhnout, i když to byla velká oklika, ale zápach, který se tam šířil, mi zvedal žaludek.

Za takových okolností neříkáte - „všechno je jediné, vše je átman“, a přitom se brouzdáte v odpadových splašcích. Poznání, že „všechno je átman“, je na místě, ale neznamená, že se máte prodírat nebezpečnými, zdraví škodlivými splašky.

Když jste se stal jedno s átmanem, ujme se vás velká síla a začne řídit váš život. Postará se o vaše tělo a povede

vás na správné místo ve správný čas a bude vás mít k tomu, abyste řekli správná slova těm, které potkáte. Tato síla vás tak přemůže, že nebudete schopni o něčem rozhodovat či rozlišovat. Ego, které si myslí „musím udělat to“ nebo „to bych neměl dělat“, tu již přestane existovat. Átman vás jednoduše oživuje a má vás k tomu, abyste udělal všechny věci, které se mají udělat.

Pokud nejste v takovém stavu, pak moudře používejte svou rozlišovací schopnost. Můžete si zvolit, třeba sedět v květinové zahradě a vdechovat vůni květů, nebo můžete jít k odpadové stoce, o jaké jsem mluvil, a onemocnět z výparů, které z ní vycházejí.

Takže, dokud máte své ego, tak používejte rozlišovací schopnost, abyste se nadýchali vůně, kterou naleznete v přítomnosti osvětlené bytosti. Když strávíte nějaký čas v přítomnosti džňánina, jeho mír vstoupí do vás do té míry, že sami budete zažívat mír. Pokud však místo toho si zvolíte společnost lidí, jejichž mysl jsou stále plné zlých myšlenek, pak strávíte svůj čas tím, že jejich zlá mentální energie začne vámi prosakovat.

Vždy vám říkám: „Jste átman, všechno je átman.“ Když to však není vaší zkušeností a vy předstíráte, že „vše je jediné“, pak vás to přivede do obtíží. Advaita je nejvyšší zkušeností, ale není jí, když mysl v praxi vidí stále rozdíly.

Elektrina je velmi užitečnou energií, ale může být také velmi nebezpečná. Musíte s ní moudře zacházet. Nevkládejte prst do objímky žárovky s myšlenkou, že „vše je jediné“. Potřebujete tělo, které je v dobré kondici; aby realizovalo átmana. Realizovat átmana je jedinou

užitečnou a hodnotnou činností, kterou máte v tomto životě udělat, proto držte tělo v dobré kondici, dokud nedosáhnete cíle. Pak átman převezme péči o všechno a již si s ničím nemusíte dělat starosti. Opravdu toho budete schopní, protože mysl, která způsobovala starosti, vybírala a rozlišovala, tu již přestala být. V tomto stavu ji nepotřebujete a nebudete ji postrádat.

Ot.: Jaký máme mít správný postoj, když jsme v přítomnosti džňánina?

A.S.: Buďte pouze tiší. Vytvořte kontakt s tichem uvnitř vás. To je způsob, jak nalézt kontakt s guruem, a je to také nejlepší postoj, který byste měli zaujmout, když sedíte v jeho přítomnosti.

Ot.: Rozumím, a tak to také uvnitř pociťuji a tak si to představuji. Ale i když to vím, přece mi to nepřináší výsledky, po kterých toužím. Víím, že se mohu opravdu setkat s mým vnitřním guruem, když budu přebývat v átmanu, ale to se stává zřídkakdy. Nedokážu v tom stavu stále přebývat. A když jsem mimo tento stav, jsem si přesně vědom oddělenosti. Když pak pociťuji oddělenost, pociťuji nutnost být v přítomnosti guru. Pokyn „vrať se zpět, dovnitř k átmanu“ mě nepřitahuje, protože víím, že to nedokážu.

A.S.: Kdo pociťuje onu oddělenost? Kdo je oddělen od koho? Položte si tuto otázku, pokaždé když podobné myšlenky vyvstanou.

Vzpomínám na jednoho stoupence, kterého nesmírně přitahovaly Bhagavánovy nohy, a proto se je snažil dlouhou dobu držet.

Jednou mu Bhagaván řekl: „Nebud' k těm nohám při-

tahován, ty jednoho dne zmizí. A platí, pokud jsi připoután k fyzickým věcem, pak až zmizí, budeš sklíčen a bude ti mizerně. Drž se átmana uvnitř. To jsou pravé nohy guru. Ty nikdy neodejdou, protože jsou věčné. Átman přebývá v tobě jako guru. Je na tobě, abys ho našel a byl s ním.“

Světlo nemůže zhasnout. Je vám vlastní a věčné. Není jako obyčejné světlo, které zapálíte nebo zhasnete. Když ho jednou v sobě objevíte, bude stále svítit.

(Příhodu se stoupencem, který držel Bhagavánovy nohy, se podobá té, kterou vypravuje Sádhu Natanánanda a kterou uvádí ve své tamilské knize „Šrí Ramana Darśanam“. V odstavci, který pojednává o stoupencích, kteří chtěli držet guruovy nohy nebo jinak prokazovat mimořádnou úctu, Bhagaván učinil dvě důrazná prohlášení: první k tomu, kdo chtěl držet jeho nohy, a druhé k jinému, který provozoval velmi složité pokorné vrhání se na zem.

„Pouze svrchovaný átman ve vašem srdci stále svítí jako Skutečnost a je Sadguruem. Číré uvědomování, které svítí jako vnitřní zář Já, představuje jeho milostivé nohy. Samotný kontakt s těmito vnitřními svatými nohami vám může poskytnout opravdové spasení. Když spojíte oko odraženého vědomí, což je váš pocit individuality, s těmito svatými nohami, které jsou skutečným Vědomím, pak nastane spojení nohou a hlavy, což je pravým významem výrazu „asi“ (z rčení „tat tvam asi“ - To jsi ty). Jelikož tyto svaté nohy mohou být podrženy přirozeně a nepřetržitě, pomocí dovnitř stočené mysli, v budoucnosti se držte vnitřního uvědomování, což je vaší pravou přirozeností. To je jediné správné způsob, jak odstranit nesvobodu a dosáhnout svrchovanou pravdu.“

„Dobrodiní, které plyne z provádění namaskáram (vrhání se na zem) guruovi, vězí pouze v odstraňování ega. To nelze docílit jinak, než naprostým odevzdáním se. V Srdci každého stoupence poskytuje milostivý guru daršan ve formě Vědomí. Podrobení se znamená v tichu nabídnout plně podrobené já, což je myšlenka, která má jméno a tvar, září Já (aham sfurana), tj. svatým nohám milostivého gurma. Taková je pravda, seberealizaci nemůžete dosáhnout ohýbáním těla, ale pouze když skloníte ego.“)

## 6

Jakási žena přišla navštívit A.S. Když se vrhla před ním na zem, vypadlo to, že ztratila vědomí okolí a zůstala ležet na zemi u jeho nohou snad celých 10 minut. Nebylo to poprvé, co upadala před ním do tohoto stavu. A.S. se na ni chvíli díval a pak na ni vzkřiknul: „Neměla byste padat do lája stavu (stav podobný transu)! Stává se to pro vás zvykem. Může to vybudit pocit určitého uspokojení, ale to není štěstí, které by bylo duchovně užitečné. Je to totéž jako spánek. Normální světské činnosti jsou lepší než lája stav. Vypadněte z toho zvyku!“

Obrátil se pak k přítomným a řekl: „Lidé občas vstupovali do takového stavu před Bhagavánem. Nikdy jim to neschvaloval, ani těm, kteří se zdáli být v hluboké meditaci.“

Vzpomínám si, jak si jednou Bhagaván všimnul muže, který bez hnutí seděl v hale nejméně celou hodinu, zdánlivě v hluboké meditaci. Bhagaván však poznal, jak se věci mají.

Zavolal Kundžu svámiho a jiné a řekl: „Volejte na něho, třeste s ním, a když se probudí, vezte ho, ať udělá giripradakšinu. Toto se neliší od spánku, a ten stav pro něho není dobrý. Pouze mamí čas, když si takto počíná.“

Bhagaván nás před tímto stavem varoval a často k tomu přidal vyprávění o sádhuech, kteří v tomto stavu zůstali mnoho let. Nejčastěji uváděl příběh o sádhuovi, který požádal svého žáka, aby mu přinesl sklenici vody. Zatímco čekal na žáka, vstoupil do hlubokého lája stavu, který trval mnoho a mnoho let. Byl v tom stavu tak



dlouho, že jeho žák mezitím zemřel a i řeka změnila koryto a různí vládcové v zemi vládli a zase odešli.

Když nakonec otevřel oči, jeho první poznámka byla: „Kde mám tu sklenici vody?“ Než vstoupil do lája stavu, tak toto byla jeho nejintenzivnější myšlenka, a i když uplynulo mnoho desítek let, myšlenka tu stále byla. Bhagaván komentoval tento příběh slovy: „Tyto stavy nepomáhají, to není samádhi.“

Žena, která byla předtím v lája stavu, položila otázku: Kdykoli začnu meditovat, hned brzy z kraje upadnu do tohoto stavu. Jak mohu tomuto lája stavu zabránit, aby se mě nezmocnil?

A.S.: Držte se praxe sebezkoumání. To je způsob, jak se vyhnout lája stavu. Mysl upadá zpravidla do dvou zvyků, buď je obsazená množstvím myšlenek a je zabrána do aktivit, nebo se ubere ke spánku. Pro mnoho lidí však existuje třetí možnost, tj. upadnout do lája stavu. Neměla byste tomuto stavu dávat volný průchod, jinak se z něj stane zvyk a vy se toho stanete obětí. Je to příjemný stav, ale jestliže se do něj hluboko ponoříte, stane se velmi obtížné se z toho stavu dostávat.

Vy ten stav dobře znáte, byla jste v něm častokrát. Jakmile pocítíte první příznaky přicházejícího transu, vstaňte a běžte se trochu projít. Nezůstávejte sedět nebo ležet. Projděte se nebo vykonejte nějakou práci a především provádějte sebezkoumání. Budete-li neustále provádět sebezkoumání, nikdy se vám nestane, že byste upadla do lája stavu.

Takový zvyk lze zrušit. Ovšem je třeba být pozorný a provádět sebezkoumání.

## 7

Ot.: Bhagaván jednou prohlásil: V čem vězí hodnota poznání Boha, když neznáme jméno našeho vlastního Já? Také mluvil o Já-Já vibraci a říkal, že vycházejí z átmana. Když Bhagaván mluvil o Já-Já, myslel tím, že to je jemný zvuk, nebo pouhé pocíťování Já-Já?

A.S.: Obě zmínky ukazují a znamenají átman.

Ot.: Je zvuk také átman?

A.S.: Zvuk vzniká v átmanu.

Ot.: Je to stejné jako átman, nebo to je jeho zrcadlení?

A.S.: Je to také částí átmana.

Ot.: Takže to je asi jako bílá barva mléka, která je od něho neoddělitelná?

A.S.: Ano.

Ot.: Ptám se na to proto, poněvadž onen zvuk neustále slyším, ale přitom nepocíťuji v srdci Já-Já. Mám pocit, že bych se měl dostat hlouběji, takže se sám sebe ptám, co znamená pocit toho zvuku? Je to dobrá praxe?

A.S.: Dám příklad. Ventilátor nad našimi hlavami se otáčí. Z něj vychází proud chladnějšího vzduchu a také slyšíme hluk motoru. Oba vjemy pocházejí z chodu ventilátoru. Stejně je to s átmanem. Nezvučný zvuk átmana pokračuje sám o sobě neustále. Je nezvučný a je to velmi jemný zvuk. Nevytváří zvuk, on je tím jemným zvukem. Když se na tento zvuk naladíte, přestože ho nelze slyšet, když se nejedná o fyzický zvuk - pak vás vaše naladění povede k míru átmana. Zprvu je mír a nad ním je velmi jemná pulzace. Když dosáhnete konečný mír, nejvyšší

Ticho, pak onen zvuk zmizí v átmanu. Nakonec není žádný zvuk, je jediné mír, něco jako nezvukný stav, který zažíváme v hlubokém spánku. Nicméně plně uvědomování zůstává. Není to nevědomý stav.

Většina lidí není schopno slyšet nebo si neuvědomují jemné vnitřní vibrace, protože jsou utopeni ve fyzickém hluku vnějšího světa i neustálou činností vlastní mysli. Zvuk mohou slyšet jen lidé, u nichž se mnohost myšlenek omezila. Je třeba hluboké úrovně mentálního míru, aby onen zvuk mohli vnímat. Tyto jemné vibrace neustále rezonují ve všech lidech, nicméně někteří je neslyší, protože jsou mentálně zaměstnání myšlenkami, a ty je zakrývají. Bhagaván nebyl prvním učitelem, který mluvil o onom jemném zvuku. Hímaleka např. jej zmiňuje v Tripura Rahásja, takže onen vnitřní zvuk není něčím nově objeveným. Uzavřete své mentální a fyzické uši, a uslyšíte, jak tyto vibrace neustále rezonují.

Ot.: Jak jsem se již zmínil, tón slyším neustále, ale cítím že tato zkušenost není dostatečně hluboká, aby mě mohla vstřebat do átmana. Říkám to proto, že nezažívám mír, o kterém svámí hovoří, mír, ve kterém zvuk zmizí a zanechá po sobě jenom mír. Snažím se jít hlouběji. Ptám se sám sebe, odkud pocit zvuku přichází, protože toužím zůstat v Srdci, v blahu.

A.S.: Ptejte se „Kdo jsem já?“ nebo „Co je mou pravou přirozeností?“. Povahou átmana je mír. Pokud si mír neuvědomujete, znamená to, že se ztotožňujete s něčím, co není átman. Dokud slyšíte, chutnáte a čicháte věci, ztotožňujete se s tělem. Když vjemy a vnímající zmizí, začnete si uvědomovat mír, který tu stále je.

Ot.: Slyším onen zvuk. Tak se ptám sám sebe, kdo slyší ten zvuk, a odpověď je „já“. Co se dále děje, záleží na tom, kde jsem. Když jsem v přítomnosti svámího nebo v meditační hale Ramanášramu, pociťuji přítomnost átmana a blaho míru. Když však nejsem se svámím, pak to není snadné.

A.S.: Nemusíte se držet Toho, protože Tím jste neustále. To stačí. Vy Tím jste. Jak se Toho můžete držet nebo se odděleně pociťovat, či se snažit To získat zpět nebo To ztratit? Když To je vaší pravou přirozeností, jak můžete předstírat, že jste Tomu na různých místech blížeji, nebo, že jste jinde oddělený?

Ot.: Mám prožitek Toho, když jsem se svámím, ale nemám tentýž zážitek, když u něho nejsem. To je má naprosto jasná zkušenost, takže opravdu nerozumím tomu, co mi říkáte.

A.S.: Vaše porozumění, nebo naopak nedostatek porozumění, se nemohou dotknout pravdy, kterou vám říkám. Vy jste To. Pozorujte, kdo jste, a nebude nic, co by tuto zkušenost zakrývalo.

Ot.: Znovu říkám, že pozoruji, kdo jsem, když jsem blízko svámího. Když s ním nejsem, vzpomenu si na to jako na skutečnost, ale není to má přímá zkušenost.

A.S.: To je proto, že se ztotožňujete s tělem a myslí. Vaše mysl vás má k tomu, abyste věřil, že určitá zkušenost může nastat, jen když jste na určitém místě. Vzdejte se toho ztotožňování a zjistíte, že átman je všude. Budete jej pozorovat, poznávat a být jím, ať přijdete kamkoli. Všechno je svámí, včetně vás samotného.

Ot.: Jak se mohu vzdát ztotožnění s tělem, zvláště když nejsem v přítomnosti svámiho? Zabývám se praxí, ale nezískal jsem žádnou zkušenost.

A.S.: Meditujete o „Já jsem átman“. Když to budete dělat, idea, že jste tělem, zmizí. „Já jsem átman“ je také myšlenkou, a proto patří k máje, stejně jako ostatní myšlenky. Můžete však začít s překonáváním máji, když se vzdáte naprosto špatných idejí, které vás svazují a způsobují utrpení. Jak to udělat? Nahrad'te je idejemi, které lépe zrcadlí pravdu a které vám pomohou na cestě za pravdou. Chcete-li přeříznout železo, musíte použít jiný kus železa.

Když je bitva, někdo po vás vystřelí šíp a vy po něm také vystřelíte šíp. Když šíp nebo špatná myšlenka na vás začne v máje útočit, pak se jí vyhněte. Nedovolte, aby na vás dopadla, neboť by vás mohla zranit. Pak jako odplatu vypalte šíp „Já jsem átman“ tam, kde špatná myšlenka vzešla.

Sádhana se podobá bitevnímu poli. Musíte být ostražitý. Nevystavujte se špatným názorům a neztotožňujte se s myšlenkami, které do vás vstupují, které vám mohou způsobit bolest a utrpení. Jestliže však vás napadnou, bojujte s nimi a utvrzujte se: „Já jsem átman. Já jsem átman, Já jsem átman, Já jsem átman.“ Taková tvrzení zmenší sílu šípů „já jsem tělo“ a nakonec vás tak dobře opancéřují, že když přijdou myšlenky „já jsem tělo“, už nebudou mít sílu se vás dotknout a způsobit vám utrpení.

Bitva se odehrává v oblasti máji, protože vy ve skutečnosti jste v míru, jste mírem. Zatímco vám májá způsobuje utrpení, použijte tyto myšlenky jako prostředek, kterým se vám nakonec podaří máju překonat.

Ot.: Zůstávat jako Já, uvědomovat si „Já jsem átman“ zcela dostačuje, když pouze slyším onen zvuk Já-Já a všude jej slyším?

A.S.: Pokud je trvalý, pak to stačí. Když nebudete na svůj átman zapomínat, pak to stačí. Vaše pravé Já je všechno. Ani jediný atom nemůže být mimo dosah átmana. Vy, to opravdové vy, átman, jste v tom zahrnut. Když říkám vzdejte se svého ztotožňování s myšlenkou „já jsem tělo“, pak tím nemíním, že nejste tělo. Chci tím říci, že se máte vzdát myšlenky, že jste jenom tělo. Jste všemi těly, všemi věcmi, veškerým stvořením. Je však paradoxní, že takové poznání ve vás vystoupí, jediné když se vzdáte ztotožňování se s určitými objekty, podobně jako „já jsem tělo“ a omezujícími myšlenkami, jako „já jsem ten a ten“. Když jste se vzdal všech myšlenek, všeho ztotožňování, právě poznání ve vás najednou vysvitne jako „Já jsem neprojevený átman, stejně jako jsem také vším projeveným“.

Proto říkám lidem: „Vy nejste toto fyzické tělo a nejste myslí. Až se vám podaří se nad ně dostat, zjistíte, co je za nimi.“ To se provádí tehdy, když se lidé chtějí vzdát svých nesprávných a omezujících idejí, aby mohli dosáhnout přímou zkušenost toho, co je opravdu skutečné. Chci na lidech, aby si uvědomovali lano reality, namísto aby se dali zmást a bloudili v mentální iluzi hada.

Ot.: „Já myšlenka“, jak se zdá, vibruje ve stejném kmítočtu jako zvuk a pocit Já-Já. Takže, když si myslím „já“, připomene se mi zvuk. Zdá se, že se tak děje samo od sebe. Později však musím myslet „já“, abych si tyto vibrace připomněl, že pokračuji.

A.S.: Jelikož zapomínáte na své pravé Já, musíte jít zpátky k átmanu, což je jediná cesta. Když budete světlo neustále udržovat, temnota se do místnosti nedostane. I když otevřete dveře a pozvete ji dál, nemůže vstoupit. Temnota je jen v nepřítomnosti světla. Podobně mysl je jen oblastí temnoty, kterou si sami způsobujeme, když jsme světlo átmana záměrně vyloučili. Žijete v temnotě a trváte na víře v ideje, které nemají hodnotu, avšak můžete žít ve světle átmana, když jste se vzdali všech myšlenek, ať „dobrých“ nebo „špatných“.

Ot.: Takže říkáte, že víra v ideu „já jsem tělo“ a v určitou osobnost jsou jen představami. Nebo ještě lépe, jsou špatným zvykem, kterého se máme zbavit?

A.S.: Správně. Tento zvyk se stal tak silným ,protože jste jej vyztužil a posiloval po mnoho životů. Ztratí se, pokud budete meditovat o vašem pravém Já. Návyk roztaje jako led, který se stane vodou.

Ot.: Bhagaván jednou řekl, že svobodná vůle neexistuje, že všechny naše aktivity jsou předurčeny a že naší jedinou skutečnou volbou je buď se ztotožnit s tělem, které činnosti provádí, nebo se ztotožnit s podkladem „átmanem“, ve kterém se tělo jeví.

Někdo se ho zeptal: „Když zapnu ventilátor, bude to znamenat, že je to čin, který byl určen, aby se stal právě v tomto okamžiku?“ Bhagaván na to odpověděl: „Bude to předurčený čin.“

Mám za to, že všechny předurčené činy jsou určeny Bohem a následkem toho se nic nestane, co není boží vůlí, protože my, jako jedinci, nemáme moc se odchýlit od scénáře, který určil Bůh.

Z toho vyvstává otázka: Když si vzpomenu na átmana, je to boží vůle? A když zapomenu v určité chvíli si vzpomenout, je to také boží vůle?

Nebo použijme můj vlastní případ, pokud vyvinu úsilí naslouchat zvuku Já-Já, je to boží vůle, nebo je to moje vlastní úsilí?

A.S.: Zapomínání na átmana nastává proto, že neprovádíte sebezkoumání. Proto říkám, abyste odstranil zapomínání sebezkoumáním. Zapomínání či nezapomínání nezávisí na osudu. Je to něco, co můžete kdykoli zvolit. To říkal Bhagaván. Říkal, že máte svobodu buď se ztotožnit s tělem a jeho činnostmi, a tím, když k tomu dochází, zapomínáte na átman, a když zvolíte další možnost, ztotožnění s átmanem, pak chápete, že tělo provádí své předurčené činnosti, které jsou ožívovány a udržovány silou átmana.

Když máte olejovou lampu a zapomenete do ní nalít olej, světlo zhasne. Byla to zapomnětlivost a nedostatek pozornosti, co způsobilo, že světlo zhaslo. Vaše myšlenky se někde zatoulaly. Nehleděly si lampy.

Každým okamžikem opravdu můžete volit: být si vědom átmana, nebo se ztotožňovat s tělem a myslí. Když zvolíte druhou možnost, nevíte Boha a nevyčítejte to boží vůli či předurčení. Bůh nezpůsobuje, že zapomínáte na átmana. Vy sami volíte každou vteřinou svého života.

Ot.: Ve vaší knize uvádíte, že vám někdo řekl: Dělán rozhodnutí, ale nepociťuji, že bych je dělal. Je to můj osud nebo boží vůle?

Odpověděl jste mu, že je to přesně tak, ale nyní zase říkáte, zda člověk provádí sebezkoumání či neprovádí, to nemá co dělat s osudem.

A.S.: Átman je stále přítomen. Vašemu uvědomování nic nebrání, jediné nevědomost, kterou si sami způsobujeme. Naše úsilí, naše sádhana je namířena na odstranění nevědomosti. Když je odstraněna nevědomost, átman se odhalí. Toto odstranění není částí osudu. Jen vnější tělesné činnosti jsou osudem určeny.

Ot.: Za svůj vnitřní život jsem tedy sám odpovědný. Nemohu vytýkat Bhagavánovi, když si nevzpomínám na své Já.

A.S.: Bhagaván je vždy přítomný, uvnitř vás i před vámi. Zcela stačí, když nebudete egem zakrývat vizi Bhagavána. Ego je idea „já jsem tělo“. Odstraňte tento názor a budete svítit jako átman. To je jediná záležitost, kterou máte v životě udělat. Všechny možné události vašeho života, všechny věci, které se vám mají stát, jsou předurčeny. Pokud nebudete chtít, aby se vám staly, přece se stanou, i když se budete snažit se jim vyhnout. A když si budete přát věci, které nejsou ve vašem osudu, pak ony nenastanou.

Není důvod k trápení se nad událostmi, které vás v životě potkávají, protože nemáte žádnou možnost je řídit, jelikož jsou dány. Vaší odpovědností v tomto životě je pozorovat, kdo jste, a ne abyste přepisovali scénář.

Ot.: Mohu tedy vyčítat Bohu, osudu nebo Bhagavánovi vše, co se se mnou na světě stává. Zároveň však mám plnou odpovědnost za vše, co se v mém nitru děje.

A.S.: Správně. Bhagaván, o kterém mluvíte, není tělem, osobou, která existovala v určitém čase. Vše je Bhagaván, vše je Ramana. Nemůžete se dopustit chyby, když budete provádět cestu Bhagavána, protože Bhagaván je jakési věčné světlo, které stále hoří, je to milost, která

se stále dává. Být si vědom Bhagavána znamená, že jsme si této vnitřní pravdy vědomi. Když si tohoto Bhagavána neuvědomujete, je odpovědnost na vás, nikoli na Bhagavánovi. On se před vámi neskrývá, jste to vy, kdo se před ním ukrývá. On si nemyslí, že je od vás oddělen. Jste to vy, kdo věří, že jste od Něho odděleni.

Ot.: Vnější svět je bídné, matoucí místo. Tam se mnoho neobjevuje, co by nám pomohlo si vzpomenout, kdo opravdu jsme.

A.S.: Ano, můžete říci, že tyto záležitosti jsou také Bhagavánova milost, Bhagavánův soucit. Možno říci, že udržuje svět takový, aby byl podnětem k obrácení se dovnitř. Stav záležitostí vyvolává skutečnou volbu, zda se orientujeme ven, což způsobuje problémy, nebo jdeme dovnitř, kde je mír.

Ot.: Chtěl bych se zeptat na jinou věc, která mě někdy trápí. Touha být vstřebán v átmanu mi připadá jako určitý druh vásany. Je to stále jen touha a vyhovět jí obsahuje, že mám hledat něco, co ještě nemám. S tímto postojem mám pocit, že zařizuji osvícení jako určitý budoucí druh cíle, a ne jako něco, co je zde, zde a nyní. V onom postoji je cosi velmi dvojného a někdy vzniká ve mně pocit, že nepřijímám mentálně Bhagavánovu vůli, když hledám něco, co není tu a nyní.

A.S.: Tato touha není na překážku výsledkům. Touha po osvícení je nutná, protože bez ní byste nikdy nepodniknul kroky, které jsou pro realizaci nezbytné. Touha zajít na určité místo je jen předpokladem k tomu, abyste vykročil. Pokud tato touha chybí, neučiníte nikdy první krok. Když realizujete átman, tato touha přestane.

Ot.: I když vím, že átman je neměnný, zdá se mi, že má zkušenost je při různých příležitostech odlišná. Někdy bývá intenzivnější a hlubší. Někdy pociťuji mír a blaho daleko intenzivněji. Mysl touží po větším míru a blahu. Není spokojená s tím, že jen slyší nebo pociťuje Já-Já emanace. Může mi to způsobovat problémy? Je má touha pokračovat stále v sádhane správná?

Každou chvíli zažívám něco, co se nemění: Buď slyším, nebo cítím aham sfurana. Ale stále je tu touha jít hlouběji, abych pociťoval více míru a blaha. Nejsem spokojen s prožitkem, který mám. Je taková touha dělat více sádhany správná? Nemůže rušit sebeuvědomování?

A.S.: Vaší nejvyšší potřebou je upevnit se v neměnném míru átmana. K tomu se potřebujete vzdát všech myšlenek. Když se vám to podaří, nic dalšího není třeba. Když jste v pravém stavu, pak nebudou žádné nedostatky, žádná touha, která by vás strkala do nějakého dalšího stavu. Při realizaci není žádná touha po čemkoli jiném a není pochyb o tom, že by se něco potřebovalo. Závěrečným stavem je mír, a pak už nejsou žádné touhy a pochyby.

Ot.: Nezažívám mír, o kterém svámí mluví. Je tedy zapotřebí, abych více usiloval?

A.S.: Pozorujte, kdo jste. To je jediná rada, kterou vám mohu dát. Vy jste mír. Buďte mírem, a odpadnou touhy po něčem jiném.

Ot.: Zdá se, že problém spočívá právě v onom vyžadování či touze po míru.

A.S.: Ten, kdo o něj prosí, nejste vy. Myšlenky, které přicházejí a zas odcházejí, nejste vy. Vše, co přichází a odchází, nejste vy. Ve skutečnosti vy jste mírem. Když na to nebudete zapomínat, pak to zcela stačí.

(Tématem této konverzace je verš, který napsal Bhagaván v roce 1913. Původně byl uveden v Ramanagítě, ale později byl zařazen do „Dodatků ke čtyřiceti veršům“ a zní:

V nitru jeskyňky Srdce září samotné brahman ve formě átmana, bezprostředně jako Já-Já. Vstup do toho Srdce se zkoumající myslí nebo se ponoř se zvládnutým dechem a přebývej v átmanu.)

Ot.: V „Dodatcích ke čtyřiceti veršům“ Bhagaván zmiňuje tři cesty: sebezkoumání, pozorování dechu a ponoření se do Srdce. Mohl byste, prosím, něco říci o onom ponořování? Co se tím myslí a jak to nastává?

A.S.: Výsledek sledování těchto tří cest je jeden a stejný - Seberealizace. Možná říci, že tyto tři cesty jsou také stejné, i když na první pohled jejich popis a název vyvolává dojem, že se jedná o tři odlišné techniky.

Bhagaván řekl: „Provádějte sebezkoumání. Nalezněte, kdo ve skutečnosti jste. Když budete v tomto problému zcela vstřebán, zkoumání vás povede k átmanu.“ Někteří lidé však prohlašovali, že zjišťují, že je to velmi obtížné, nebo říkali, že tato metoda jim nějak neodpovídá. Bhagaván takovým lidem někdy říkal, aby sledovali dech a pozorovali, kde vzniká. Bhagaván vždy zastával názor, že mysl a dech vznikají ve stejném místě, a proto zaměření pozornosti na zdroj dechu je také zaměřením na zdroj myslí, což je sebezkoumání. Třetí způsob je ponoření dovnitř. To není odlišná cesta. Je to jen jiný popis toho, co

se děje, když provádíte sebezkoumání nebo když najdete zdroj dechu intenzivním pozorováním. „Ponoření se do nitra“ znamená zaměřit celou svou mysl na átmana. Když je tu jednobodová intenzita s touhou objevit átmana, pak následuje vnor a mysl se vrací ke svému zdroji a ponoří se do něho.

Ot.: Takže není žádná speciální metoda pro ponoření se do nitra. To se stane samo od sebe, ano?

A.S.: Samo od sebe se to nestane. Musíte pokračovat v úsilí až k bodu, kde se stanete naprosto oproštěný od úsilí. Až sem je úsilí zapotřebí. Neustálou praxí se mysl rozpustí v átmanu. Tehdy zmizí myšlenka „já jsem tělo“, podobně jako temnota zmizí, když vyjde slunce.

Ot.: Přečetl jsem několik knih o praxi Bhagavánova učení. Mouni Sádhu se zmiňuje o já-proudu. Osborne také zmiňuje nějaký proud, který není fyzický, který však fyzicky můžeme pozorovat. Domnívám se, že tito spisovatelé popisují určitý druh proudu, který pomáhá sádhakovi v uvědomování. V těchto knihách se uvádí, že je možno ho velmi silně pociťovat. Co je to za proud? Je to speciální milost Ramany, nebo je běžný na všech cestách?

A.S.: Ramana a jiní guruové nám jen ukazují cestu. My sami musíme použít cestu, abychom realizovali pravdu. Chcete-li do Ameriky, musí vám někdo říci, kde to je a jak se tam dostanete, neboť tam se asi magicky nepřemístíte. Musíte přijet na letiště a zakoupit si letenku. Musíte se řídit instrukcemi, které vám guru dal k tomu, abyste sám realizoval Pravdu. Milost nás přivádí ke guruovi. Guru nám ukazuje cestu domů tím, že nás vede správným směrem. My však sami musíme stále pracovat.

Ot.: Má otázka se ani tak netýká vnitřní milosti. Týká se „já proud“, o kterém jsem se dočetl. Je to milost Ramany? Je to milost átmanu? Na tuto otázku neznám odpověď, ale proud v sobě velmi silně cítím.

A.S.: Tento proud, ono „Já Jsem“ Vědomí, je v každém z nás. Není to něco speciálního, co by uctívající nebo guru měl. Je to naše přirozenost a jako takovou ji mají všichni. Ale jen několik duší má dostatečnou zralost, aby si toto uvědomovaly. Ačkoli proud je ve všech přítomný, je to milost, která nás k proudu přivádí a poskytuje nám chuť toho, čím je. A jakmile jednou pocítíme tuto chuť, vyvstane žízeň po realizaci átmana.

Tajumanavar, tamilský světec, kterého Bhagaván často uváděl, napsal v jedné ze svých básní: „Můj guru mi pouze řekl, že jsem Vědomí. Když jsem to uslyšel, držel jsem se Vědomí. To, co mi řekl, byla jen jedna věta, ale nemohu popsat blaho, které vyplynulo z této jednoduché věty. Pomocí této věty jsem získal mír a štěstí, které slovy nelze vylíčit.“

Ot.: Když Bhagaván mluvil o zkušenosti smrti, kterou prožil, když mu bylo šestnáct let, řekl: „Zadržel jsem svůj dech a pevně jsem sevřel rty, že ani hlásek nemohl uniknout. Ani slovo „já“ či nějaké jiné slovo.“ Proč to tak dělal?

A.S.: Nechtěl, aby mu ústy utekla mentální energie. Pět smyslů se neustále pohybuje směrem ven, aby se zaměstnávaly ve světě. Ústa jsou jedním z kanálků, které pět smyslů používá k pohybu ve světě. Když jsou mysl a dech zadrženy a když je mentální energie bez pohybu a nezaměstnává se světem ani jeho objekty, pak se mysl

začíná vracet ke svému zdroji. V šestnácti letech Bhagaván o tom nemohl vědět, ale je naprosto zřejmé, co se stalo.

Zkušenost smrti bylo něco, co tehdy prožil. Zkušenost nevyvstala jako následek něčeho, co vědomě dělal.

Ot.: Bhagaván chtěl vědět odpověď na otázku „Kdo jsem já?“. Zdá se, že našel odpověď přímo, bezprostředně. Když stejnou otázku kladu já a když se snažím najít, co Já-átman je, přitom odmítám myšlenky, které vznikají jako ne-já, tak nic jiného nenastane. Nedostávám odpověď, kterou Bhagaván obdržel, takže se začínám divit, proč tu otázku kladu.

A.S.: Říkáte, že nedostáváte správnou odpověď. Kdo je to „vy“? Kdo nedostává správnou odpověď?

Ot.: Proč se mám ptát? Ptání neposkytlo doposud správnou odpověď.

A.S.: Měl byste vytrvat a tak snadno se nevzdávat. Když budete intenzivně zkoumat „kdo jsem já?“, pak intenzita vašeho zkoumání vás přivede ke skutečnému Já. Neplatí, že kladete nesprávnou otázku. Zdá se však, že při zkoumání nemáte potřebnou intenzitu. Potřebujete k tomu jednobodové rozhodnutí, pak bude vaše zkoumání účinné. Vaše skutečné Já není tělo ani mysl. Nedosáhnete átman, když vaše myšlenky budou u něčeho jiného, u něčeho, co se týká těla a mysli.

Ot.: Takže je to intenzita sebezkoumání, co určuje, zda člověk uspěje nebo ne?

A.S.: Ano. Když se nezabýváte sebezkoumáním, myšlenky budou u těla a mysli. Budou se chovat podle zvyku a budou podkladem pro ztotožňování „já jsem

tělo, jsem mysl“. Ztotožňování je něco, co nastalo v určitém čase. Není to něco, co tu trvale bylo, co časem přichází a nakonec může přestat, protože nic, co je v čase, není trvalé. Na druhé straně átman tu vždy byl, existoval před myšlenkami o těle a mysli a bude zde, až ony nakonec zmizí. Átman stále zůstává takový, jaký je - jako mír, bez zrození, bez smrti. Intenzivním sebezkoumáním můžete dosáhnout stav, o kterém můžete říci, že je vaším vlastním.

Zkoumejte povahu své mysli tím, že se ptáte s jednobodovým odhodláním „kdo jsem já?“. Mysl je klamná a neexistující, vynořuje se v podobě hada z lana a je stejně klamná a neexistující. Rozptylte iluzi o mysli na základě intenzivního sebezkoumání a ponořte se do míru átmana. To je To, co jste a čím jste vždy byl.



Ot.: Realizoval jste, svámí, átmana?

A.S.: Ano, ale je to jaksi podivná otázka a jak na ni odpovědět. Je to podobné, jako když se někoho zeptáte, zda se stal lidskou bytostí. Je stále lidskou bytostí. Nemusíte nic udělat, abyste se jí stal. Samozřejmě jste lidskou bytostí, tak zřejmě, až je podivné tu otázku vůbec pokládat.

Ot.: Pro mě to není samozřejmé.

A.S.: Pak najdete, kdo jste.

Ot.: Jak člověk zjistí, kdo je?

A.S.: To zjistíte, jestliže neustále budete provádět sebekoumání. Zeptejte se sám sebe. Jsem já tělo? Jsem mysl? Poznáte, kdo jste, když se sebekoumání prohloubí.

Ot.: Jak vám to dlouho trvalo, než jste to zjistil?

A.S.: Když je člověk zralý, může realizovat v jediném okamžiku. Když nejste zralý, musíte se zabývat sádhanou, abyste mohl Pravdu vnímat.

Ot.: Náležíte ke které kategorii?

A.S.: Sloužil jsem Bhagavánovi přes 12 let. Pak jsem přišel sem, protože jsem toužil být více upevněn v átmanu. Po několika letech sádhany jsem realizoval átmana.

Ot.: Je svámí naprosto upevněn v átmanu?

A.S.: Ano.

Ot.: Co se s vámi děje v hlubokém spánku? Je to stejné, jako když bdíte?

A.S.: Ano.

Ot.: Doslechl jsem se, že když lidé přišli do blízkosti Ramany Maháršiho, pociťovali pronikavý mír. Když zde sedím, v přítomnosti svámího, nic takového nepociťuji. Proč tomu tak je?

A.S.: V přítomnosti Bhagavána nepociťoval každý člověk mír. Mádhava svámí sloužil Bhagavánovi mnoho let jako jeho osobní sluha, ale tvrdil, že nepociťuje mír. Míval obdobné stížnosti jako vy. Později říkal: „Lidé prohlašují, že jakmile jsou v přítomnosti Bhagavána, pociťují nesmírný mír. Když však vstoupím do Bhagavánovy haly, je to pro mne peklo.“

Říkám vám to, protože odpověď na vaši otázku je tato: „Zda v přítomnosti džňánina pociťujete mír, závisí zcela na vaší zralosti.“ Lidé, kteří jsou zralí, jsou citliví na přítomnost džňánina. Jakmile vstoupí do přítomnosti džňánina, okamžitě zažijí mír. Ostatní musí čekat. Poupata, která jsou připravena rozkvést, se otevřou, jakmile na ně dopadnou sluneční paprsky. Ta, která nejsou připravena, musí čekat.

Ot.: Jinými slovy, je to z důvodu mé nezralosti, že nepociťuji mír v přítomnosti svámího?

A.S.: Nevyslovujte o sobě takový posudek. Nemyslete si, že jste nezralý. Když se budete takových a podobných myšlenek držet, bude to pro vás překážkou k realizaci, protože Pravda je již ve vás.

Ot.: Ale svámí právě prohlásil, je-li někdo zralý, je schopný v přítomnosti džňánina pociťovat mír.

A.S.: Zralost a nezralost náleží myslí. Vy nejste myslí, jste již átman.

Ot.: Jsou nějaké stupně v realizaci átmana? Např.

Ramana byl, široko daleko, prohlašován za Sadguru. Je vaše poznání stejné jako Ramanovo?

A.S.: Před sebou vidíte velikou lampu. Vaše vlastní lampy není zapálená. Přineste svou lampu k oné, která již hoří. A když od zapálené lampy odcházíte, máte svou vlastní lampu také již zapálenou. Ať jdete kamkoli, vaše vlastní světlo vám od toho okamžiku svítí. Stav džňány je stejný pro všechny. Každý, kdo realizuje átman, je ve stejném stavu míru, který přesahuje mysl.

Ačkoli zkušenost átmana je ve všech případech stejná, přece je pravdou, že někteří džňáninové pomohou velkému množství lidí, zatímco jiní, kteří mají stejné osvícení, pomohou jen několika lidem. Někteří džňáninové vůbec nevyučují. Žijí zcela obyčejný život a jen zřídka kdy, zdali vůbec, jsou poznání, čím opravdu jsou.

Voda může být ve studni, nebo může být v jezeru. Je to stejná voda, ale jeden z těch zdrojů může uhasit žízeň více lidem než ten druhý. Malá lampy může osvětlovat místnost, zatímco velká může svítit na celou ulici. Bhagaván byl jedním z těch oslňujících světél, které bylo schopné svítit na rozlehlou oblast. Vedl a přinesl světlo mnoha lidem.

Ot.: Svámí říká, že někteří džňáninové jsou velkými světly a jiní jsou malými. Je možné, že se malá světla stanou většími, nebo zůstanou vždy stejná?

A.S.: Ať jdete ke kterémukoli světlu, vždy zůstává stejné. Světlo lampy je jen příkladem. Snažím se vysvětlit, že jen málo lidí má schopnost vést velké množství lidí k Pravdě. Realizovat Pravdu je jedna věc, ale vést k ní jiné je něco jiného. Pokud se týká vedení jiných, džňáninové nejsou stejně schopní.

Ot.: Má otázka zněla: „Budou se malé lampy zvětšovat, nebo je jim navždy určeno, aby byly malé?“

(Jeden stoupenec A.S., který byl přítomen, byl způsobem kladení otázek roztrpčen, skočil do řeči a řekl: Proč opakujete tu otázku? To jste přišel, abyste svámídzího zkoušel?)

A.S.: Tento způsob dotazování vám nepomůže při realizaci átmana. Takové otázky vás opustí, když budete opravdu toužit po realizaci. Vaše mysl se pak nebude zabývat takovými myšlenkami. Můžete klást mnoho otázek a já budu odpovídat a můžeme tak hodiny pokračovat, ale jak vaše otázky, tak mé odpovědi vám nepřinesou uspokojení. Budete-li mít ve vaší mysli prostor pro takové otázky, pak vás to nepovede ke zkušenosti átmana.

Radím vám, abyste se sám sebe zeptal: „Kdo klade tu otázku? A kdo dostává odpověď?“ Když zaujmete ke svým pochybám takový postoj, pak vaše hledání zdroje vás přivede zpět k átmanu. Tam není místo pro otázky a odpovědi. Tam je jenom mír.

Ot.: Chci se vás zeptat na poslední otázku. Jaký je význam Arunáčaly? Minulou noc byl úplněk. Okolo hory chodilo velké množství lidí, já také.

A.S.: Není to obyčejná hora. Není jako ostatní hory na světě. Je to spirituální hora. Ti, kdo se s ní ztotožní, pociťují magnetický tah k átmanu. Átman je beztvarý, ale tady je v tvaru hory, ta je plná energie. Hledající, kteří k ní přijdou s touhou realizovat átman, mohou mít z obcházení hory velký užitek. Obcházení hory vám může být při sádhaně velmi nápomocné. Pod zemí je všude

voda, ale jsou místa, kde ji snadněji dosáhnete. Podobně i átman je všude. Není místa, kde by nebyl, ale je také pravda, že jsou určitá místa a určití lidé, okolo kterých lze snadno pocítit přítomnost átmana. V blízkosti hory je přítomnost átmana mocnější a samozřejmější než kdekoli jinde. Nicméně velikost slávy této hory se nedá slovy vyjádřit. Člověk ji musí sám zažít.

Často říkáme, že jsme krásně spali, ale když nás někdo požádá, abychom ten krásný pocit popsali, co máme říci? Můžete jej zažít, ale chybí schopnost jej popsat.

Takový je átman. Můžete ho zažít, stát se jím, ale slovy onen stav popsat nedokážete. Totéž můžete říci i o této hoře. Můžete ji zažít, ale nemůžete svůj pocitový stav uspokojivě vysvětlit.

V indické mytologii máme strom, který splňuje přání. Když ten strom najdete, pak cokoli si přejete, vše vám splní. Arunáčala má stejný věhlas. Proto sem přichází při úplňku tolik lidí a chodí kolem ní. Velmi málo jich však prosí o osvícení, o nepřetržitý mír. Všechny bytosti nakonec hledají stálý mír, ale kdo zde o něj žádá? Jste-li připraven, abyste přijal mír, Arunáčala vám ho poskytne.

Mír v nás již je, ale lidé si ho neuvědomují, takže ho hledají na nejrůznějších místech venku.

Ot.: Je to víra v Arunáčalu, co poskytuje ony výsledky, nebo je v ní vlastní síla, která není závislá na mé víře?

A.S.: Je možno říci, že Arunáčala je světlem. Svítí, a je jedno, zda v ni věříte či ne. Když se přiblížíte k lampě, bude na vás svítit, ať v ni věříte či nevěříte. Arunáčala je světlem átmana a světlo átmana bude pokračovat ve svícení, i když odmitáte věřit, že tu světlo je.

Ot.: Je Arunáčala jediným takovým místem, nebo jsou také jiná taková místa? Slyšel jsem, že jsou mocná místa i v Himálájích.

A.S.: Sám Bhagaván prohlásil, že Arunáčala je nej-mocnější ze všech posvátných míst. Existují jiná mocná svatá místa ve světě, ale žádné nemá takovou sílu jako Arunáčala. Bhagaván o ní psal ve svých verších.

Je zde nesmírné množství šakti, spirituální energie. Můžeme si jí nabrat, kolik chceme. Nezáleží na tom, kolik si jí vezmeme, původní množství se nikdy nezmenší. Je nevyčerpatelným zdrojem. Ještě než sem Bhagaván přišel a žil zde, žilo tu dříve mnoho mudrců, kteří sami objevili sílu Arunáčaly. Mnoho zde realizovalo átmana a připisovali svou realizaci síle a milosti této hory. Bhagaván ji oslavil ve svých verších a i jiní mudrci popisovali spirituální velikost Arunáčaly svými verši a učením.

Ačkoli mudrci chválili horu, neuspěli ve vyličení její velikosti, tak jako Bhagaván, který rozhlásil její moc po celém světě. On odhalil tajemství Arunáčaly, a proto sem přijíždí tolik cizinců.

Vždy tvrdil, že síla této hory nespočívá v tom, zda v ni stoupenec věří. Připodobňoval, že když sedíme ve stínu stromu, pocítujeme chladivý stín. To je fyzickým faktem, nikoli věcí víry. Říkal, že Arunáčala působí stejným způsobem, tj. působí na lidi, kteří tu jsou, ať věří či nevěří.

Jednou prohlásil, že Arunáčala je jako oheň. Když se přiblížíte, pocítíte žár, ať věříte nebo ne. Také jsem jednou zaslechl, že říká: „Půjdete-li kolem hory, poskytnete vám milost, i když ji nebudete chtít.“

Ot.: Někde jsem četl, že džňáninové disponují mocí spojit individuální mysl se svrchovaným Já.

A.S.: Ano. Veliká loď může unést mnoho lidí a převézt je na druhý břeh oceánu, a malá loď jen několik málo.

Ot.: Někteří džňáninové nepřevážejí vůbec nikoho.

A.S.: Džňáninové, kteří nemají žáky, nevypadají, že by někomu pomáhali, ale síla jejich realizace poskytuje dobro všem bytostem. Kráva Lakšmí a matka Bhagavána jsou toho příkladem.

Ot.: Bhagaván jednou řekl, že džňánin, když žije na této zemi, přináší všem lidem nesmírnou pomoc.

A.S.: Ano, ano.

## 10

Ot.: Chtěl bych se svámího zeptat na jeho vlastní zkušenost. Byla jeho zkušenost jedinou událostí, explozí poznání? Nebo se tak stalo postupně, jemnějším způsobem?

A.S.: Má zkušenost probíhala tak, že nepřetržitou sádhanou jsem postupně roztál v átmanu. Byl to postupný proces.

Ot.: Takže není tomu tak, že by zkušenost vznikla s velkým třeskem?

A.S.: Není to něco, co by náhle, nově přišlo. Je to tu věčně, ale velmi zahaleně. Je to třeba znovu objevit.

Ot.: Ale někteří lidé do Toho snad explodují? Dnes ráno jsem se setkal s jedním člověkem, který říkal, že je realizovaný. Byl tu také, vzpomínáte si? Říkal, že prožil zkušenost výbuchu do Toho a že zkušenost átmana u něj trvá od roku 1982.

A.S. (směje se): Když říká „neznám se“ nebo říká „poznal jsem sám sebe“, pak obě tvrzení jsou k smíchu. Protože To jste vy. Můžete Tím být, ale není, co by se o Tom mohlo říkat. Pokud někdo říká „já jsem džňánin, jsem osvícený“, pak kdo si na to činí nárok?

Ot.: Ano, přesně. Velmi dobře. Mohu položit jinou otázku o sebezkoumání? Měl jsem malé záblesky, hlavně během spánku, když jsem neměl žádné myšlenky. Další záblesky jsem měl na místech, kde bych to nečekal. V Lakhnaú, což je velké a rušné město, kde lidé jsou hluční a křičí, jsem jel frekventovanou ulicí, když jsem

najednou pocítil mír átmana, který byl všemu podkladem. Mohl jsem pociťovat átman, nebo přinejmenším to byl zážitek, o kterém jsem si myslel, že to musí být átman. Bylo ticho, ticho uprostřed zcela chaotického prostředí. Jindy se kyvadlo pohybuje jinak a pociťuji se naprosto ztracen ve svém mentálním světě, ve vnějším chaotickém světě.

Jsem poněkud zmaten z procesu a techniky sebezkoumání, takže se musím vrátet k Ramanovi a jeho učení. Musím znovu a opět číst a hledat, jak o tom pojednává, aby mne zmatek opustil. Rád bych k tomu tématu znal svámiho komentář. Víím, že tu není nic nového, co by se o tom dalo říci. Víím, že musím pokračovat v sebezkoumání.

A.S.: Jedinou cestou je neustálá meditace. Když přinesete do místnosti světlo, temnota okamžitě zmizí. Musíte dávat pozor, aby světlo nezhaslo. Musí nepřetržitě hořet, aby nenastala temnota. Dokud nebudete pevně zakotven v átmanu, musíte v meditaci stále pokračovat. Pochyby vznikají, jedině když na sebe zapomenete.

Ot.: Mé pochyby nejsou pouze mým jediným problémem. Zjišťuji, že má touha po átmanu není příliš silná. To mě velice znepokojuje.

A.S.: Když zapomenete na stav Sebe Sama, pak je vhodné zkoumat: „Kdo zapomíná na átmana? Kdo má pochyby? Kdo je ve zmatku?“ Tímto způsobem zkoumejte. Odmítněte vše, co nejste vy a vraťte se k sobě samému.

Ot.: Někdy jsem pochybami přemožen.

A.S.: Když meditace nejsou souvislé, pak druhá část

mysli začne převažovat. Tu část mysli, která vás opakovaně odvádí od sebe sama, musíte překonat opakovaným sebezkoumáním.

Když stloukáte mléko na máslo a podmásli, pak už se nikdy nespojí, jakmile byly jednou odděleny. Když vydojíte mléko z vemene, do krávy se už nikdy nevrátí. Podobně, když jste upevněn v átmanu, k nevědomosti se již nikdy nevrátíte.

Ot.: Když mám o sobě samém nejistoty, pak má touha po poznání Sebe Sama velmi silně naroste, někdy však tak silná není. Co si o tom myslíte?

A.S.: Ať se s vámi děje cokoli, zkoumejte „komu se to děje?“, to udělejte a vraťte se k átmanu, což je mír.

Ot.: Myslel jsem si, že soužití se po átmanu je pro mě výhodou. Nebo to není pro mne výhodné?

A.S.: Pokud bude intenzita touhy po poznání dostatečně silná, pak intenzita vašeho soužení vás povede k átmanu.

Ot.: Sebezkoumání se však musím stále držet.

A.S.: Budete-li zůstávat v átmanu, sebezkoumání je zbytečné. Když se však stane, že se od átmanu odtáhnete a vrátíte se k mysli, pak musíte znovu zkoumat a jít zpět k átmanu.

Ot.: V kom vlastně vzniká intenzivní touha po realizaci átmana? Vzniká to v já-egu, které nakonec musí zmizet?

A.S.: Kdo je to já? Není tělem ani myslí. Když zůstáváte jako átman, pak není těla ani myslí. Tak co je to já? Zkoumejte a najdete si to.

Když vidíte lano, co se stane s hadem? Nic se s ním nestane, protože had nikdy nebyl. Podobně, když zůstáváte

jako átman, zůstává tu nějaké poznání já-ega? Nikdy nemělo existenci.

Vše je átman. Vy nejste od něho oddělen. Jste vším. Vaším pravým stavem je átman a v onom átmanu není těla ani mysli. To je pravda a vy ji poznáte tím, že jí budete. Myšlenka „já jsem tělo“ je špatná. Tato klamná idea musí odpadnout a přesvědčení „Já jsem átman“ se musí tak rozšířit, až se stane soustavné.

Nyní se vám zdá myšlenka „já jsem tělo“ naprosto přirozená. Vy však máte pracovat k bodu, kdy myšlenka „Já jsem átman“ vám bude přirozená. To nastane, jakmile mylná myšlenka, že jste tělo, přestane existovat a vy v ni přestanete věřit. Zmizí jako temnota, když vyjde slunce.

Celý tento život je snem, sen uprostřed snu. Vysníváte si tento svět, sníme, sníme, že umřeme, že se narodíme v jiném těle. A v onom zrození sníme, že máme sny. Ve snu se střídají všechna možná potěšení a utrpení, ale nadejde okamžik, kdy nastane probuzení. V onom okamžiku, který nazýváme realizací átmana, vyvstane poznání, že všechna zrození, všechny smrti, všechno utrpení a potěšení jsou neskutečné sny, které tím končí.

Každý zažil sny ve snech. Jednomu se může zdát, že se probudil ze snu, ale ono probuzení se stále děje ve snu. Naše životy jsou snem. Když jeden snový život končí a nový začíná, pak nevíte, že oba sny, které se dějí, jsou podkladem snu o cyklu znovuzrození.

Bhagaván nám sdělil v brožuře „Kdo jsem já?“, abychom se na celý svět dívali jako na sen. Když nastane realizace, nic se vás nedotkne, protože budete mít pevné poznání, že veškeré projevené je jen neskutečným snem.

## 11

Ot.: Když jsem byl v Německu, bylo mým zvykem meditovat před obrazem Bhagavána a pociťoval jsem se velmi míruplně. Jednoho dne, kdy jsem jako obyčejně seděl před obrazem, vynořilo se z jeho očí světlo. Vylilo se z obrazu a objalo mě. Brzy na to jsem vplynul do míruplného, blaženého, bezčasového stavu, který jsem předtím nikdy nezažil. Úplně jsem zapomněl na všechno, co se týkalo těla, času a okolí. Existoval jedině mír a vědomí. Tento zážitek zanechal ve mně hluboký dojem, s výsledkem, že ve mně vzplála mohutná touha zážitek znovu prožít. Nikdy se to však už nestalo, ať jsem se jakkoli snažil, ani jsem nepocítil, že bych se tomu nějak přibližoval. Jak se může taková zkušenost opakovat?

A.S.: Neustálým sebezkoumáním: „Kdo měl ten zážitek a kdo jej ztratil? Kdo touží po tom, aby se opakoval? Komu se honí myšlenky kolem toho?“ Když takto k tomu budete přistupovat, tak zjistíte nakonec, kdo opravdu jste. Zkušenost, kterou jste zažil, nepřišla odněkud odjinud. To je již ve vás. Naleznete, kdo zkušenost prožil.

Ot.: Abychom prováděli sebezkoumání, potřebujeme mysl, která většinou obtěžuje a ve skutečnosti ani neexistuje. Proč je tomu tak?

A.S.: Mysl, kterou používáme pro sebezkoumání, je čistá, sattvická mysl. Používáním sattvické mysli provádíme sebezkoumání, abychom odstranili nečistou mysl, kterou představuje ovlivnění gunami radžas a tamas. Když budete pokračovat v sebezkoumání sattvickou

myslí, pak se v závěru sattvická mysl rozpustí v átmanu.

Ot.: Před delší dobou jsem pociťoval depresi a nemohl jsem se z toho stavu dostat. Jednoho dne, když jsem prováděl giripradakšinu, což dělám každý den, zastavil jsem se u Bhagavánova můstku (což je zídka nad propustí, která je asi 4 míle od Ramanášramu) a začal meditovat o Arunáčale, se zavřenýma očima. Deprese se najednou rozpustila a nahradil ji mír. Deprese se už nevrátila.

A.S.: Ten, kdo měl deprese, jste nebyl vy. Vaší pravou povahou je mír. Neztotožňujte se s myslí ani s depresivními stavy, které ona vytváří. To nejste vy.

Ot.: Když mě deprese opustila, byl jsem stále v míruplném stavu. Brzy nato jsem potkal jednu indickou dívku, do které jsem se zamiloval. Někdy jsem si myslel, že bych se s ní oženil. Nevadí být ženatý? Nebude to mé sádhane na překážku?

A.S.: Je ta dívka spirituálně orientovaná?

Ot.: Ano, ano, často navštěvuje chrámy a čte spirituální knihy.

AS.: Pokud partner pokročil duchovně stejně daleko jako vy, může to představovat velkou pomoc. Pokud se však o spirituální věci zajímá méně než druhý, pak ten, kdo má menší zájem, zatlačí toho druhého dolů. Výjimkou je, když ten druhý má velkou spirituální sílu. V takových situacích bude docházet k častému napětí a hádkám. Pokud oba partneři mají stejnou duchovní touhu realizovat átmana, pak manželský život tomu není na překážku. V jiném případě je překážkou.

Ot.: Jak můžeme pokračovat v sádhane uprostřed našich každodenních aktivit? Je to velmi obtížné.

A.S.: Jednou položili tuto otázku Rámakršnovi a v odpovědi uvedl příklad dítěte, které si hrálo tím, že se stále otáčelo kolem své osy. Když to děláte, tak se brzy začne točit hlava a upadnete. Když se však dítě při otáčení vždy přidrží rukou sloupu, který bude na dosah, pak dotek sloupu způsobí, že se bude držet rovně a neupadne. V tomto světě sansáry, který je otáčením zmámen, se podržte sloupu átmana, a budete schopni se držet vzpříma a neupadnete.

Dám vám jiný příklad. Když rozkrojíte chlebovník holýma rukama, pak vás potřísni nepříjemná mléčná tekutina, která se přilepí na vaše prsty a velice ztíží vyjmutí plodu. Později pak trvá hodiny, než se z prstů seškrábe. Když si však předtím namažete prsty trochou oleje, mléčná tekutina vás nebude obtěžovat, protože nedokáže slepit vaše naolejované prsty.

Styk se světskými věcmi, bez jakékoli ochrany, může být velmi lepkavý a nepříjemný. Když se však naolejujete vzpomínáním na átmana, můžete se hladce a výkonně pohybovat světem, aniž by se na vás lepily obchodní plotky nebo způsobovaly potíže a nesnáze. Když si budete připomínat átmana, všechno ve světě se odehraje hladce a nebudete k práci, kterou vykonáváte, připoutáni.

Ot.: Zatímco vykonáváte spousty práce v ášramu, jak to zvládáte se svou sádhanou?

A.S.: V dobách, když Bhagaván byl většinu času dosažitelný, měl jsem pravidelně možnost obdržet vedení pro mou sádhanu. Řekl mi, abych četl Šivananda Lahari, Ellam Ondre, Upadeša Saram a ostatní jeho spisy. Také

mi řekl, abych prováděl parajánu (prozpěvování Písma). To všechno představuje velkou pomoc, abych při práci udržel svou mysl u átmana.

Bhagaván často říkal: „Zatímco děláte nějakou práci, nemyslete ‚já dělám tu práci‘. Když budete tento postoj udržovat, práce nebude zátěží a žádné problémy se vás nedotknou.“

Nerozlišujte mezi prací a meditací. Když nebudete rozlišovat, každá práce, kterou děláte, bude meditací. A nedělejte rozdíly mezi různými druhy práce. Nemyslete si: „To je dobrá práce, a zase, to je špatná práce!“ Když budete zacházet s každou prací stejně, pak každá práce, kterou děláte, bude vaší sádhaně na prospěch.

Ot.: Je nám dáno, abychom žili v tomto světě a stýkali se s lidmi, avšak mnoho z nich hledí z nás vyzískat nějakou výhodu. Být tichý a odpoutaný je jedna věc, ale máme být tak klidní a nezainteresovaní a dovolit jiným lidem, aby měli výhodu z naší pasivity?

A.S.: Uvnitř můžete být klidný a vně být nepoddajný, je-li to role, kterou máte v životě hrát.

Vypravuje se povídka o hadovi, který žil v nějakém křovisku blízko silnice. Kdykoli někdo prošel okolo křoví, velice harašil a snažil se kolemjdoucího uštknout. Způsoboval tak mnoho obtíží.

Jednoho dne šel okolo křoví potulný sádhu a jako obvykle se had snažil na něho zaútočit.

Sádhu však uměl mluvit se zvířaty, a tak mu řekl: „Buď tichý a nekousej lidi. Nechovej se tím způsobem. Žij v míru a neobtěžuj lidi, když jdou kolem.“

Had přijal tuto radu a držel se jí. Od toho dne se jeho

chování zcela změnilo. Klidně ležel pod křoviskem a již nikdy kolemjdoucí neobtěžoval.

Během několika dní si lidé uvědomili, že jim had už nehrozí. Avšak namísto aby si oddechli, začali po hadu házet kamení nebo ho začali pronásledovat. Lidé mají vůči hadům instinktivní nechuť. Jakmile spatří hada, pociťují nutkání, aby se na něm dopouštěli násilí. Had si provokací chvíli nevšiml, ale brzy zjistil, že jeho nový stav nepředstavuje zlepšení vůči předchozímu.

O několik dní později šel sádhu zase okolo a zeptal se hada, jak se mu teď daří.

„Ne moc dobře,“ odpověděl had. „Pro vaši radu dosti trpím. Jsem klidný a nikoho neobtěžuji, ale jelikož jsem tichý a chovám se jako sádhu, lidé toho využívají a hází po mně kameny a týrají mě. Předtím to nikdy nedělali, protože věděli, že bych po nich vyjel.“

Sádhu se na chvíli zamyslel a pak řekl: „Říkal jsem ti, abys byl klidný a nikoho neobtěžoval, ale to neznamená, že tu máš pasivně ležet, zatímco lidé, kteří jdou okolo, by tě měli zraňovat. Když přijdou lidé a ty uvidíš, že ti chtějí ublížit, tak zasyč a předstírej, že se chystáš je uštknout. Zvenčí můžeš vypadat rozzlobeně, ale uvnitř buď stále klidný.“

Had si od tehdy osvojil novou taktiku a syčel na každého, kdo šel kolem křoví, jen tak, aby dal najevo, že je stále potenciální hrozbou. To úplně stačilo, aby mu lidé dali pokoj.

Tací můžeme být my všichni, vždy podle toho, jak to okolnosti vyžadují. Jsou chvíle, kdy okolnosti vyžadují, abychom vypadali rozzlobeně. Můžeme hrát roli



hněvivého, ale současně víme, že pouze hrajeme svou roli, která je pro tu chvíli nutná. Zatímco se vše vně odehrává, vnitřně zůstáváme v míru.

## 12

A.S.: Džňáninové přicházejí do svého posledního zrodu s celou horou zásluh, které pocházejí z předchozích životů. Džňánin nemůže užít všechny zásluhy sám pro sebe, ale ti, kteří s ním přijdou do styku, je mohou zažít jako požehnání. Totéž se může říci o proviněních, která s sebou džňánin přináší.

Chudý člověk může náhle zbohatnout, když si ho milionář oblíbí a poskytne mu sumu peněz. Ti, co přicházejí k džňáninovi a poskytují mu nesobeckou službu, zjišťují, že se stávají duchovními milionáři, když získávají džňáninovy nevyužité zásluhy. Ti, kteří přicházejí, aby ho uráželi a hrubě s ním zacházeli, obdrží výsledky všech jeho špatných činů. Přenos se děje automaticky. Stoupenci duchovně rostou tím, že obdrží jeho požehnání. Dosahují výšin, které vlastním úsilím jen stěží či vůbec nemohou získat.

Toto se dostavilo i v mém životě. Když jsem byl velmi mladý, zůstával jsem sám a prováděl nejrůznější duchovní cvičení. Pochybuji, že bych vlastním úsilím mohl zažít pravdu o átmanu. Naštěstí mě milost zavedla k Bhagavánovi a jeho milostí jsem měl možnost mu sloužit. Bezprostřední blízkost Bhagavána a práce, kterou jsem pro něho vykonával, mě připravila pro přijetí pravdy.

Naučil jsem se tuto lekci: Je nezbytné pobývat v přítomnosti džňánina, to jsem pochopil brzy po mém příchodu do Ramanášramu. Za několik týdnů jsem však

zažil zklamání nad postojem mnoha lidí okolo Bhagavána. Vypadalo to, že je více zajímavá klábosení než meditace. Věděl jsem, že Bhagaván je naprosto ojedinelý, ale necítil jsem se dobře, když jsem pobýval s lidmi, o kterých jsem věděl, že neberou duchovní život příliš vážně. Rozhodl jsem se, že opustím ášram a že budu medитovat o samotě. Můj pokus o útěk však byl bezúspěšný. Bhagavánova milost a síla mě přivedla zpět z Poluru, kam jsem utekl. Když jsem seděl před Bhagavánem první den po návratu, Bhagaván se na mne podíval a při jeho pohledu jsem začal slyšet v Srdci jeden verš z „Dodatků ke čtyřiceti veršům o Skutečnosti“: „Svrchovaný stav, který je chválen a který je zde v tomto životě dosahován pronikavým sebezkoumáním, jež vzniká v Srdci, jakmile se naskytlo spojení se sádhuem, není možno dosáhnout tím, že nasloucháme kazatelům, studiem či učením se významu Písma, dobrými činy nebo jinými prostředky.“

Nikdy předtím jsem toto dílo nečetl, proto nevím, jak bylo možné, že se tato slova objevila v mém nitru. Verš chválí sdružování s džňániny a říká, že pro sádhaka je to daleko účinnější, než když provádí duchovní cvičení sám. Když jsem tato slova uslyšel, získal jsem odvahu zůstat v Ramanášramu a sloužit Bhagavánovi.

Ot.: Řekl jste, když sloužíme džňáninovi, můžeme obdržet jeho nespotřebované zásluhy jako požehnání. Ale copak nepotřebujeme sami mnoho zásluh jen k tomu, abychom se setkali s džňáninem a sloužili mu? Není to jen věci štěstí.

A.S.: Jeden z našich světců o tom napsal: „Ti, kdo nahromadili zásluhy z mnoha životů a do určité míry

očistili své mysli a kteří vyvíjeli duchovní úsilí po mnoho životů, takové statečné duše se setkají s realizovaným guruem a pomocí jeho milosti realizují Pravdu.“

Chcete-li se ohřát, musíte přisednout k ohni. Když chcete vodu, musíte jít ke studni, a když chcete milost, abyste realizovali átmana, musíte jít k džňáninovi.

Bhagaván příležitostně uváděl verš z Kajvalja Navanítý, který zní: „Pradávné vědy prohlašují, že jednobodová oddanost ke svatému mudrci nejenže potěší Brahma, Višnu a Šivu společně, ale též zajišťuje odměny za oběti všech védských ritů a nakonec i osvobození z cyklu zrození.“

Po mém prvním pokuse z ášramu odejít jsem Bhagavána už nikdy neopustil. Nikde jinde jsem duchovní cvičení už neprováděl. Pouze jsem poslouchal, co můj guru říká, a vykonával jeho instrukce, jak nejlépe jsem uměl.

Pak se jednou stalo, že Bhagaván se ke mně v hale otočil a řekl: „Tvůj karman je již rozpuštěn.“

Byla to úžasná možnost odevzdat se takovému guruovi, jakým byl Bhagaván, důvěřovat mu a sloužit mu. To se nestalo na základě mého přičinění. Něco takového se stává velmi zřídka, neboť bytosti jako Bhagaván se často neobjevují. Chcete-li se učit, musíte chodit do školy. Chcete-li džňánu, musíte jít k džňáninovi.

Zmíním se teď více o milosti gura. Bhagaván mi řekl, že guru je átman, který je v nitru. Átman se projeví ve tvar gura a zatlačí mysl uctívajícího dovnitř, směrem k átmanu. Guru zároveň přebývá uvnitř nás, jako neprojevený átman. Z vnitřku nás k sobě přitahuje. Toto zatlačování a přitahování představuje guruovu milost.

Aby v nás mohla guruova milost působit, musíme se podrobit. Musíme se vzdát všech věcí světa a i ostatních světů, a veškerou svou pozornost nasměrovat k átmanu. Když v tomto světě nebo v dalším něco chceme, pak se naše energie rozptyluje v tužbách. Abychom tyto touhy naplnili, je třeba, abychom se znovu narodili.

Jednou jsem řekl Bhagavánovi, že mám touhu žít v nějaké jeskyni, kde bych mohl sám meditovat.

Bhagaván mi na to odpověděl: „Když si tuto touhu v mysli podržíte, budete se muset ještě jednou narodit. Proč máte takovou touhu? Jestli je vám to určeno, stane se to samo od sebe. Ten nápad zanechte.“

Proto je třeba se vzdát všech vašich tužeb, zálib, nechtů i předností. Když jste opravdově celkem, tak kterou část sebe budete mít rád či nerad?

Aby Bhagaván posílil mé rozhodnutí, občas mi vyprávěl inspirující historky o službě a oddanosti, které prožívali velcí učitelé. Dvakrát mi vyprávěl o Virúpákšadévovi a Guhaj Namašivájovi, což byly dvě velké bytosti a žily na Arunáčale několik století předtím.

Oba velice věrně sloužili jejich guruovi v Karnatace po mnoho let. Na konci období služby guru oba poslal k Arunáčale a řekl jim, aby tam meditovali. Přišli sem a zvolili si různá místa pro svá cvičení. Virúpákšadéva se usadil v jeskyni, která nyní nese jeho jméno, a Guhaj Namašivája si zvolil jeskyni, která je poněkud níže. Po několika letech meditace zde oba dosáhli osvobození. Nakonec se okolo nich seskupili stoupenci a oni zde založili ášramy.

Bhagaván mi tuto povídku vyprávěl snad proto, že věděl, že bude mým osudem, abych byl po mnoha letech odeslán a sám meditoval.

Když žák slouží guruovi, guru z toho nic nezískává, ale žák je službou očištěn a stává se způsobilý, aby dosáhl pravdy. Lod' vás sice zaveze na druhý břeh oceánu, ale sama od vás nic nezískává.

Zmínil bych rád ještě jeden verš. Zpíval jej Manikkavačagar, jehož nesmírná oddanost k Šivovi mu umožnila realizaci átmana. Bhagaván často citoval Manikkavačagarovy básně.

„Odevzдал jsem se Tobě. Na oplátku Ty musíš sebe dát mně. Kdo je při tomto obchodě dávání a brání vlastně skutečným výhercem? Při našem obchodování jsem dostal od Tebe nesmírné blaho. Ale co jsi dostal ode mě Ty? Nic! Jen neužitečné, zbytečné ego. A nyní přebýváš v mém Srdci. Co více bych si mohl přát? Jsem zcela naplněný. Nic nepotřebuji, protože Ty jsi v mém Srdci.“

Manikkavačagar mohl takto zpívat, protože v něm přebýval sám Šiva jako jediná Skutečnost.

A.S.: Ve třicátých letech jsem obdržel telegram, v němž bylo napsáno, že můj otec zemřel.

Oznámil jsem to Bhagavánovi a poprosil: „Prosím, dej mu osvobození.“ Bhagaván kývl a řekl: „Ano.“

Brzy potom mě Činnasvámí (Bhagavánův bratr a vedoucí ášramu) požádal, abych podstoupil očistnou lázeň, protože podle naší hinduistické tradice, ať zemře otec nebo matka, je nutno podstoupit očistnou lázeň.

Řekl jsem Činnasvámímu: „Můj otec nezemřel. Bhagaván je mým otcem, a on je tu stále. Ten, který právě zemřel, byl otcem mého posledního zrození. Mým otcem v tomto zrození je Bhagaván, můj guru. Nepotřebuji podstoupit očistnou lázeň.“

Ještě jiná hinduistická tradice je spojená se smrtí. Pokud někdo v rodině zemře, nejíme žádné jídlo, dokud nebožtík není pochován nebo spálen. Když Bhagavánova matka zemřela ve Skandášramu, Bhagaván na toto pravidlo nedbal a řekl: „Matka není mrtvá. Pojd'me jíst.“

V tomto případě nedošlo k rituálnímu porušení, neboť jeho matka v závěrečných chvílích svého života realizovala átmana. Za takových okolností koupel a půst nejsou na místě.

I některá jiná hinduistická dietní pravidla Bhagaván občas přehlížel. Když nastane zatmění slunce nebo měsíce, nevaříme a nejíme. Při jedné takové události Bhagaván prohlásil: „Pojd'te, pojíme jako obvykle. Zatmění nás nemusí znepokojovat.“

Někteří z velmi ortodoxních bráhmanů se obávali porušit své životní zvyky, avšak zbytek nás šel s Bhagavánem a jedli jsme s ním.

Když matka v roce 1922 zemřela, Bhagaván pokračoval ještě několik měsíců v pobytu ve Skandášramu, ale jednoho dne sešel dolů k samádhi své matky a zůstal tam. Nějaká síla, nějaká šakti, ho nutila, aby sešel z kopce a opustil Skandášram. Brzy potom byl Skandášram vykraden. Zloději ukradli hrnce na vaření a nějaké jiné věci. Až do té doby několik stoupenců zůstávalo ve Skandášramu, aby hlídali místo i těch pár věcí, které tam byly. Když však byl Skandášram vykraden, zůstal více méně opuštěn a všichni sešli dolů k Bhagavánovi, aby tam zůstali. Přicházelo mnoho lidí a přinášeli Bhagavánovi jídlo a věci, které se nahoře ztratily, byly brzy nahrazeny z darů návštěvníků.

Na začátku bylo vše velmi primitivní. Každý, včetně Bhagavána, spal venku pod mangovým stromem. První budovou byla hliněná chata s doškovou střechou. Byla postavena nad místem, kde bylo matčino samádhi. Já jsem sem přišel o několik let později, v době, kdy se ášram začal rozšiřovat a kdy již vzniklo několik nových budov. Všechny budovy byly postaveny na základě plánů, které načrtl Bhagaván.

Cement tehdy nebyl k dostání, a tak jsme používali vápennou maltu. Byl jsem přecitlivělý na chemikálie, které byly ve směsi, a měl jsem na ně alergické reakce. Každé ráno, když jsem se probudil, vytékal mi z očí hnis. Musel jsem celý den pracovat venku v horku, takže můj organismus byl do té míry přehřátý, že jsem se neochladil

ani chladem noci. Bhagaván mě naučil, jak si připravit speciální směs z kokosového, sezamového a pižmového oleje. Poradil mi, abych si touto směsí večer namazal nohy, a že to odstraní pocit přehřátí. Zkusil jsem to, a opravdu to pomáhalo. Než jsem tu směs začal používat, míval jsem potíže se spaním, právě z pocitu přehřátí těla. Ode dne, co jsem začal olejovou směs používat, spal jsem dobře každou noc.

Ve stejnou dobu, kdy jsem začal sloužit Bhagavánovi, zakoupil ášram rodný dům Bhagavána v Tiručuzi. Činnasvámí mě požádal, abych tam zajel a provedl na domě příslušné opravy. Měl v úmyslu z toho udělat jakýsi svatostánek.

Nechtěl jsem odejít od Bhagavána, a tak jsem řekl Činnasvámímu: „Skončil jsem s veškerým uctíváním v chrámech stejně jako s koupáním ve svatých řekách již v minulém životě. Proto jsem nyní přišel za Bhagavánem. Už žádné další podobné činnosti nemám zapotřebí.“

Činnasvámí věc dále se mnou neprojednával, a tak jsem nikdy nebyl v Tiručuzi.

Měl jsem dostatečně zásluh, které mi umožnily přijít za Bhagavánem a obdržet jeho milost, protože jsem všechny podobné činnosti vykonával v předchozích životech. Dobročinné skutky, dobré činy, chrámové rituály apod., které jsem prováděl v minulých životech, mi poskytly právo přijet a být v přítomnosti Bhagavána, zůstat a sloužit mu. Vyplnily svůj účel, a já je již víc nepotřeboval. Všechny rituální činnosti ztratily pro mne přitažlivost během několika dnů, co jsem se s Bhagavánem a jeho učením seznámil.

Ot.: Ve svámího knize jsem se dočetl, že jste rád dopíjel vodu, kterou Bhagaván nechal ve svém šálku. To je určitý druh rituálu, který dlouho přetrvával, když jste byl v Ramanášramu. Činí svámí rozdíl mezi obyčejnými rituály a přijímáním zbytků od gurma?

A.S.: Když jsem pracoval v ášramu, měl jsem ve zvyku pít vodu, ve které si Bhagaván oplachoval ruce. To jsem stihl 2x až 3x za den. I když jsem se odstěhoval do Palakottu, přece jsem příležitostně tuto vodu pil, protože Mudaliar Patti mi tu vodu někdy přinesla. Věděla, že tu vodu mám rád a že jsem zvyklý ji pít.

Sundaram: Jednou jsem se zeptal svámího, proč po té vodě tak dychtí? Zdůvodnil mi to povídkou, kterou četl, když ještě žil v rodné vesnici. Povídka byla o mudrci jménem Pattináthar. Žil se svým žákem Badragirijarem ve vesnici Tiruvidaimarudur.

A.S.(pokračuje): Ti dva dávali každý den zbytky svého jídla psovi. Po nějakém čase pes zemřel a narodil se jako princezna na dvoře krále z Benáresu. Když dospěla, král ji chtěl provdat, ale ona odmítla a prohlásila, že by chtěla namísto svatby navštívit mudrce jménem Pattináthar, který žil v Tiruvidamaruduru. Když král seznal opravdovost jejího rozhodnutí, dal jí osobní souhlas, aby se s oním mužem setkala. Jakmile tam dorazila, Pattináthar ji poznal a řekl svému žáku, že ve svém předchozím životě byla psem, kterému poskytovali zbytky jídla.

Pak Pattináthar řekl: „Dosáhne osvícení, protože jedla ono jídlo.“ Žáku se tomu nechtělo uvěřit a zeptal se: „Jak je možné, že pes se zrodí jako lidská bytost? A jak může dosáhnout osvícení pouze tím, že pojídala zbytky jídla?“

Pattináthar mu odpověděl: „Pojď, ukážu ti něco,“ a potom šel do blízkého chrámu Šivy a žák s princeznou šli za ním.

Když všichni stáli v Šivově chrámu, objevil se před nimi samotný Šiva ve tvaru světla. Světlo pohltilo jak žáka, tak princeznu a Pattináthar zůstal sám.

Zeptal se Šivy: „Nyní jsem na světě sám. Prosím, vyjev mi, jak se mohu do Tebe ponořit?“

Šiva mu odpověděl: „Vezmi si tuto hořce chutnající cukrovou třtinu a navštěvuj mé chrámy. Pokaždé když navštívíš nějaký můj chrám, ochutnej cukrovou třtinu. Bude-li chutnat sladce, pak v onom chrámu dosáhneš samádhi a staneš se se mnou Jedno.“

Pattináthar poslechl a navštěvoval Šivovy chrámy, což trvalo mnoho let. Pokaždé však třtina chutnala hořce. Nakonec dorazil do Tiruvantiaru, což je malé městečko nedaleko Madrasu. Kousl do třtiny a okamžitě pocítil na jazyku sladkou chuť. Vzápětí dosáhl mahásamádhi a jeho tělo zmizelo.

Vzpomínka na tuto povídku mě přiměla k tomu, abych pil vodu po Bhagavánovi.

V třicátých letech, když jsem v ášramu sloužil Bhagavánovi, dostal jsem najednou silné bolesti žaludku. Jeden z Bhagavánových stoupenců byl lékařem. Rozhodl se, že mě pošle na prohlídku do Madrasu. Při prohlídce však příčinu mých žaludečních bolestí nenašli. Když jsem se chystal vrátit do ášramu, vzpomněl jsem si na povídku s Pattinátharem a rozhodl jsem se, že navštívím cestou chrám v Tiruvantiaru. Doslechl jsem se, že když se Pattináthar v tomto místě odhmotnil, zanechal tam po sobě

Šivův lingam. Když jsem vstoupil do chrámu, abych se poklonil v místě jeho samádhi, zjistil jsem, že tam lingam stále je.

Ot.: Během hluboké meditace prožívám hluboký mír. Nicméně mám pocit, že mír je něco, co nastane a zase přestane. Víím, že to je jen myšlenka, ale chtěl bych se jí zbavit a zažít přímou zkušenost míru, který nikdy nepřichází a neodchází.

Bhagaván říká: „Jste neustále átman. Je to jen vaše myšlenka, že nejste átman a té se musíte zbavit.“ Jak se to stane?

A.S.: Átman je opravdu mír a štěstí. Když realizujete mír a štěstí ve vás, pak je to pravá realizace átmana. To nejsou oddělené aspekty. Máte určitou představu, že mír a štěstí je uvnitř vás, tak vyvííte nějaké úsilí, abyste ho našel, ale v současnosti je to pro vás ještě v úrovni myšlenky.

Proto si klad'te otázku: „Komu ta myšlenka přichází? Kdo má ten nápad?“

Pokud chcete, aby myšlenku nahradila zkušenost, pak tuto linii musíte sledovat. Mír není ideou, ani není ničím, co přichází a zase odchází. My jsme stále To. Tak v Tom zůstávejte. Vy jste se nenarodil ani nezemřete a není vazby ani svobody. Je neustálý mír a je volný od všech myšlenek. Myšlenka „já jsem tělo“ je tím, co nás zahaluje. Tu musíte odstranit.

Ot.: Takže myšlenka, že jsem tělo a mysl, se vrací a zakrývá zkušenost?

A.S.: Ano, ano. Myšlenka „já jsem tělo“ není během spánku. Každý se těší na spánek proto, že ve spánku

nejsou žádné myšlenky. Myšlenky, které po probuzení vystoupí, způsobují všechny potíže. Během spánku není žádná oddělená entita. Také žádná myšlenka během spánku nevystane, aby zakrývala obraz nás samých. Když se probudíme, tak první myšlenka, která vyvstává, je „já jsem tělo“, a má za následek oddělenost, nejistotu a pomatení. Jestliže budete schopni být bez nich i ve stavu bdění, pak dojdete poznání „Já jsem Ramana, Já jsem Arunácala. Jsem vším.“ Ráma, Kršna apod., to všechno jste. Pouze omezující myšlenka „já jsem tělo“ je tím, co brání poznání a uvědomování sebe sama.

Když džňánin bdí, nemá žádnou omezující myšlenku, žádné ego, které by se ztotožňovalo se jménem a tvarem. Jeho stav je krystalicky čistý. Ramana Bhagaván neměl žádné ego, žádné omezující myšlenky, a proto věděl, že sám je mírem a štěstím.

Ot.: Jak se můžeme vyhnout tomu, abychom pocíťovali připoutanost k podobě gurua, jeho osobnosti a místu, kde guru žije?

A.S.: Pokud se zcela vymknete z připoutanosti k vašemu tělu a mysli, pak všechny ostatní připoutanosti odpadnou. Ztotožněte se s Tím, co není ani tělo, ani mysl a všechny vaše připoutanosti pominou. Můžete věnovat pozornost vždy jen jediné věci. Bude-li vaše pozornost zaměřena na mysl a tělo, nemůžete se zaměřit na átmana. A naopak, když zaměříte svou pozornost na átmana a v něm se vstřebáte, pak přestane uvědomování si mysli a těla.

Každou noc, když spíte, zapomínáte na svou připoutanost k tělu i mysli a výsledkem toho je ticho, mír a

absence dvojnosti. Můžete zažívat mír, ticho a absenci dvojnosti i ve stavu bdění, když nebudete věřit myšlenkám, které dvojnost vytvářejí. Odporujte omezujícím myšlenkám. Na jejich místo vkládejte takové, jako „vše je mnou, každý je mnou. Všechna zvířata a všechny věci jsou mnou“. Na co myslíte, tím se stanete. Když poznáte a zažijete, že všechno jste vy sám, jak můžete prožívat libost či nelibost? Když jste vším, nebude žádná touha se něčemu vyhýbat a nebudete pociťovat popud něco rozlišovat.

Když chcete rozlišovat, tak se vyhýbejte špatné společnosti a špatným myšlenkám. Když v noci náhle pocítíte chlad, přitáhnete na sebe příkrývku. Přitáhněte si příkrývku rozlišování, když cítíte, že tu je špatná společnost a když na vás dotírají špatné myšlenky.

Vy si tak počínejte, ale pro džňánina to není nutné, jelikož ho nic nemůže znovu stáhnout do říše klamného ztotožňování. Bude stále ve stavu, o kterém ví, že všechno je on. Nikdy již nepropadá ideji, že něco je jiné nebo oddělené od jeho vlastního átmana.

A.S.: Bhagaván mne velmi bedlivě pozoroval v letech, kdy jsem mu sloužil v ášramu. Jednou jsem zašel do chrámu Matky, kde bylo mnoho lidí, kteří hovořili o zcela světských záležitostech.

Bhagaván mě přivolal a řekl: „Proč byste měl jít s davem? Nechod'te tam, kde je mnoho lidí. Když budete chodit v davu, jejich vásany vás nakazí.“

Bhagaván mě vždycky vedl k tomu, abych vedl osamělý život a nestýkal se s jinými lidmi. To byla cesta, kterou pro mne vybral. Jiní lidé obdrželi odlišné instrukce, které zase prospívaly jim. Zatímco mne odrazoval od styku se společností, odrazoval mne i od tichého sezení v meditaci. To bylo v době, kdy jsem pracoval v ášramu. Tehdy, když mě Bhagaván spatřil sedět se zavřenýma očima, zavolal na mne a přidělil mi nějakou práci.

Při jedné příležitosti mi řekl: „Nesed' a nemedituj. Stačí, když nezapomeš, že jsi átman. Zatímco pracuješ, podrž tuto myšlenku neustále v mysli. Tato sádhana bude pro tebe dostačující. Skutečnou sádhanou je nezapomínat na átman. Sádhana nepředstavuje tiché sezení se zavřenýma očima. Ty jsi stále átman. Nezapomínej na to.“

Bhagavánův způsob nevyvolává válku mezi tělem a myslí. Nemá člověka k tomu, aby si sedl a bojoval s myslí se zavřenýma očima. Když sedíte v meditaci, zpravidla bojujete, abyste získali vládu nad myslí. Bhagaván nám neradil, abychom se tímto bojem zabývali. Říkal, že nemusíme s myslí válčit, protože mysl nemá



skutečnou existenci. Říkal, že mysl je jen stínem. Radil nám, abychom si byli nepřetržitě vědomi átmana, zatímco vykonáváme každodenní obyčejné věci, a v mém případě to dostačovalo.

Když rozumíte átmanu a jste átman, pak všechno se vám bude jevit jako váš vlastní átman. Když si tento pohled osvojíte, žádné problémy vám nevystanou. Protože jste všechno a všechno je átman, výběr mezi příjemným a nepříjemným nevznikne. Když si vezmete zelené brýle, pak všechno, co uvidíte, bude zelené. Když přijmete vizi átmana, pak vše, co budete vidět, bude átman a nic jiného než átman.

Pro mne vyplývalo z učení Bhagavána toto: Chcete-li poznat átmana, žádná formální sádhana není nutná. Vy jste stále átman. Zatímco pracujete, buďte si átmana vědomi. Přesvědčte sami sebe, že jste átman a že nejste tělo a mysl, a vždy se vyhýbejte myšlení „nejsem átman“. Vyhýbejte se omezujícím myšlenkám, které vás mají k tomu, že věříte, že nejste átman.

Jednou jsem řekl Bhagavánovi: „Jste vrcholem hory. Dosáhl jste vrcholu duchovního života, zatímco já jsem stále na úpatí hory. Prosím, pomozte mi dosáhnout vrcholu.“

Bhagaván odpověděl: „Bude zcela stačit, když se vzdáte myšlenky „jsem na úpatí hory“. Pokud toto dokážete, pak mezi námi není rozdíl. Jsou to jen vaše myšlenky, které vás přesvědčují, že já jsem na vrcholu a vy jste na začátku. Když se vzdáte tohoto rozdílu, budete v pořádku.“

Nepřijímejte takové postoje, při kterých automaticky zaujímáte názor, že jste omezení či nějak méněcenní.

Jindy jsem se zeptal Bhagavána: „V dnešní době mnoho lidí přelétává velké oceány ve velkých letadlech během několika hodin. Byl bych rád, kdyby Bhagaván vynalezl pro nás dobrou radu ve formě džňána-letadla, které by nás všechny rychle přivezlo k osvobození.“

Tehdy Bhagaván odpověděl: „My oba cestujeme v džňáninském letadle, jenže tomu nerozumíte.“

Ve svých odpovědích mi Bhagaván nikdy nedovolil, abych zastával přesvědčení, že jsem něco odděleného nebo jiného než on, nebo že jsem člověk s tělem a myslí, který potřebuje něco vykonat, aby dosáhl nějakého vyvýšeného duchovního stavu. Kdykoli jsem mu položil otázku, která se zakládala na shora zmíněných názorech, vždy mě upozornil na omyl, který byl v otázce obsažen, a jemně mě přivedl zpět k pravdě, k átmanu. Nikdy mi nedovolil, abych se zabýval mylnými názory.

Ot.: Když jste byl v raných dobách v Ramanášramu, jaké další otázky jste Bhagavánovi položil?

A.S.: Když jsem poprvé potkal Bhagavána, kladl jsem mu otázky o osvobození. Co je nsvoboda, vázanost? Co je svoboda?, a pod.

Muruganár, který seděl blízko, se při jedné z otázek zasmál a řekl: „Ten chlapec ani neví, co osvobození je, ani co je vázanost.“

Domnívám se, že se bavil nad prostotou mého dotazování. Když jsem začal sloužit Bhagavánovi, velmi pozorně jsem naslouchal všem filozofickým výkladům, které poskytoval. O různých aspektech védánty jsem také hovořil s Chadwickem a jinými stoupenci. Postupně jsem vstřebal učení až k bodu, kdy jsem mohl prohlásit, že

mám účinné poznání Bhagavánova učení, včetně jiných systémů, o kterých byla řeč.

V jedné z pozdějších písni Muruganár psal o Bhagavánovi: „Přeměňujete v mudrce ty, kteří k vám přišli v nevědomém stavu. To je Ramanova milost.“ Vždy jsem tušil, že se to týká mne.

Zpočátku to nebylo lehké. Když jsem poprvé přišel do ášramu, byl jsem velmi zapomnětlivý a jen málokdy jsem si pamatoval, co Bhagaván řekl. Protože jsem byl tak zapomnětlivý, bylo mým zvykem brát si s sebou papír a tužku a psát si vše, co Bhagaván říkal.

Bylo mi jasné, že má zapomnětlivost je mi překážkou při účinném vstřebání jeho učení, a tak jsem jednoho dne k němu přistoupil a řekl: „Bhagaváne, mám velmi špatnou paměť. Prosím, požehnejte mi, abych měl dobrou paměť.“

Bhagaván se mi po několik minut díval do očí, aniž by cokoli řekl. Od toho dne se má paměť úplně vyjasnila a stala se ostrou. Papíru a tužky jsem se mohl klidně vzdát.

## 16

Jakási žena, která vykonávala právě pout', se zastavila, aby spatřila A.S. a požádala ho o požehnání a radu.

A.S: Nezapomínejte na svůj átman, ať jdete kamkoli. Jestliže to zvládnete, nic jiného už nepotřebujete.

Jednou přišel jakýsi student za Bhagavánem a sdělil mu, že chce dále studovat. Bhagaván mu na to řekl: „Vzdělání je pro vás dobré. Studujte dále. Ale ve stejném čase studujte osobu, která studuje. Studujte sám sebe.“

Jeden ze starých Siddhů (tamilští básníci a světci, kteří žili před 1000 lety) složil tuto píseň:

Toužil jsem a hledal pravdu. Chodil všude a hledal ji. Promarňoval jsem svůj život, čas a svou energii, když jsem všude venku hledal pravdu. Hledáním jsem promarnil mnoho času. Nyní jsem starý a brzy zemřu. Konečně však jsem poznal, že pravé světlo je v nitru mne samotného.

Putujete a navštěvujete různá místa, ale to, co opravdu hledáte, jste vy sama. Nemůžete dojít úspěchu při hledání venku, protože vy sama jste tím, kdo je hledán. Vaší pravou přirozeností je mír. Když na to zapomenete, ztrácíte svůj mír, a ten pak hledáte ve vnějším světě, kde ho však nemůžete najít. To je učení Bhagavána, mého gurma, a já vám ho předávám.

Musíte pochopit, kdo jste a co jste, a pak tím musíte zůstat. Když toto zvládnete, to samo o sobě stačí. Právě nyní máte dojem, že jste tělo a mysl, pravdou však je, že jste átman. Nechte zmizet ono „já“, o kterém si myslíte, že jste, a držte se pravého Já, átmana.

Co očekáváte, že získáte takovým výletem a putováním sem a tam? Držíte se myšlenky, že jste tělo a mysl. Když jste tuto ideu přijala, hledáte nyní vnějšího Boha, abyste ho mohla uctívat. I když takové uctívání může být dobré, přece vás nepozvedne nad oblast mysli. Když zastáváte názor, že jste osobou uvnitř těla, pak cokoli vidíte, je jen projevem vaší mysli. Nemůžete překročit mysl tím, že budete uctívat vaše vlastní vnější promítnutí. Všechna vnější projevení, která před sebou vidíte, jsou májou. Nemají žádnou trvalou a základní skutečnost. Nalézt átmana, nalézt, co je pravé a skutečné, k tomu musíte obrátit svou pozornost dovnitř. Musíte najít zdroj, místo, kde vznikají vaše mentální projekce.

Toužíte po uspokojení ve vnějším světě, protože si myslíte, že všechny objekty, které před sebou vidíte, jsou skutečné. Nejsou. Skutečnost je podkladem, na kterém se všechno objevuje. To je to, co máte hledat, a nehledejte vnější bohy na různých místech vašeho putování.

Vezměme si slona vyrobeného ze dřeva. Když ho budeme vidět jako dřevo, bude to dřevo. Ale když vás polapí jméno a tvar, pak uvidíte pouze slona a zapomenete, že jeho přirozeným podkladem je dřevo.

Všechno je váš vlastní átman. Tento tvar je odlišný, tamten je zase jinak odlišný. Toto je silnější, tamto je horší. To všechno jsou posudky, které činíte, když spatřujete různé objekty, místo abyste měla vizi, že vše je nedělenou jednotou. Žárovky mohou být nejrůznější co do tvaru i kapacity, ale proud, který jimi protéká a rozsvěcuje je, je stejný. Musíte se naučit být zajedno s oním

aktivizujícím proudem, neprojeveným átmanem, a nenechat se zaplést do jmen a tvarů, které se v něm objevují.

Uvedu ještě jeden verš jednoho ze Siddhů:

Abyste našli duchovní světlo, vaše ego vás žene do lesů. Daršan světla hledáte v Badrináthu a jiných poutních místech v Himálajích. To jsou jen iluze mysli. Záleží na stavu mysli a jejím fungování. To, co hledáte, je uvnitř vás.

Bhagaván v knize „Čtyřicet veršů o Pravdě“, ve verši jedenáctém, napsal: „Znát všechno, aniž bychom znali Sebe Sama, znalce poznávaných objektů, je jen nevědomost. Jak by to mohlo být vědění?“

Všechny informace, které mysl shromažďuje, a všechny zážitky, které sbírá, jsou nevědomostí, klamným poznáním. Skutečné poznání nelze v mysli nalézt, ani na nějakém jiném vnějším místě. Mysl hledí skrz zabarvené brýle, a cokoli vidí, je poskvřené a zabarvené barvou. Když je vaše mysl zkažená a vzrušená, celý svět se bude zdát zkažený a vzrušený. Když budou vaše myšlenky krystalicky čisté, všechno se bude jevit jasné a míruplné.

Vaši nejdůležitější věci musí být realizace átmana. Pokud se o to nepokoušíte, pak trávíte svůj čas v nevědomosti a klamu. Vy, vaše mysl i svět, vše jsou májou. Nebud'te otrokem máji. Realizujte átman a májá se stane vašim otrokem, sluhou.

Právě si vzpomínám na další verš Siddhů: „Mnoho lidí po roky bojovalo, aby realizovali átmana. Milióny a milióny lidí usilovalo a hledali světlo mimo sebe. Jestliže tyto milióny a milióny lidí zemřeli bez poznání átmana,

který je v jejich nitru, je tomu proto, že nepoznali pravou cestu.“

Musíte najít někoho, kdo šel pravou cestou, někoho, kdo objevil v sobě vnitřní pravdu a kdo je v ní upevněn. Ten vám dá dobrou radu. Nepošle vás, abyste prošla neproduktivním dobrodružstvím ve vnějším světě. Když se budete řídit radami toho, kdo takový stav nedosáhl, pak je to vedení slepého slepcem. Jelikož nezná správnou cestu, nakonec spadnete oba do velké jámy.

Je možné, že naleznete plod, který bude velice hořký, ale vy se rozhodnete, že zlepšíte jeho chuť. Ponesete ho ke všem svatým řekám a plod v nich budete omývat, ale až přijдете zpátky domů, plod nebude méně hořký, než když jste s omýváním začala. Svou mysl můžete vést do všech koutů kraje a navštěvovat posvátná poutní místa a můžete se koupat ve všech posvátných řekách, provádět bohoslužby ve všech slavných svatostáncích, ale když se vrátíte, vaše mysl bude stejná, jako když jste svou pout' začala. Mysl se nezdokonalí dlouhým putováním k odlehlým místům. Místo toho udělejte pout' do svého nitra. Vraťte mysl zpět k jejímu zdroji a ponořte ji do mír poskytujících vod átmana. Když jednou tuto pout' podstoupíte, už nikdy nebudete hledat štěstí nebo mír na jiných místech.

Ot.: Není dobré pamatovat na Boha a opakovat jeho jméno?

A.S.: Ribhugíta nám říká, abychom neustále mysleli „Jsem átman, všechno je átman“. Celý vesmír je Já. Jestliže to dokážete mít neustále v mysli, pak milióny a milióny zásluh vám připadnou. Mnoho knih bylo, kterých si Bhagaván cenil, ale Ribhugíta byla určitě

jedna z nejlepších. Říkal, že Ribhugíta je knihou pro náš poslední život.

Jistě jste četla povídku o Hanumánovi, která je uvedena v Rámájaně. Hanumánova mysl se úplně vstřebala ve jméno Rámy, proto nashromáždil nesmírnou sílu. Dokázal přeskocit moře, protože byl zcela a úplně oddán. Radím vám, abyste prováděla džapu átman, buď opakovaným připamatováním si ho nebo opakovaným prohlašování „Já jsem átman“. Toto prohlášení je největší mantrou ze všech. Pokud to můžete nepřetržitě a bez přestávek provádět, brzy se rychle objeví výsledky. Není vyšší džapy nebo vyšší sádhany nad toto. Ten, kdo hledá, je také ten, kdo je hledán. Hledající a hledané jsou oba átman. Pokud nejste schopná nalézt átman v sobě, nikde jinde ho nenaleznete. Hledat jej venku a navštěvovat přitom posvátná místa vám nepomůže.

Svámiové jsou často navštěvováni různými lidmi, podobně jako chrámy a posvátná místa. Vykonávání těchto návštěv však mnoho dobrého ovoce nepřináší. Pro opravdové a trvající výsledky se musíte dívat do nitra a objevit v sobě átman. To můžete dělat všude.

Ot.: Mnozí lidé říkají, že u posvátných míst našli mír.

A.S.: Když jste připoutaná k nějakému místu, pak zůstaňte zde v Tiruvannamalai na nějaký čas. Nejlepší místo k objevení átmana je zde u Arunáčaly. Zde obdržíte sílu poznat átman. To byla zkušenost mnoha mudrců, včetně Bhagavána. Arunáčala je átman. Ramana je átman. Oba jsou zde a oba jsou ve vašem nitru.

Posvátná místa vás zřejmě přitahují. Zůstaňte zde na nějaký čas a nebud'te tak chtivá abyste spěchala zase jinam.

Držte se meditace „Já Jsem átman“ a zcela se podrobte átmanu, který je uvnitř vás a který se zde projevil ve tvaru Arunáčaly a Bhagavána. Zapomeňte na chvíli, že chcete odjet autobusem.

Ot.: Ted' nevím, zda-li mám tu cestu zrušit. Jsem nejistá, zda mám či nemám odjet.

A.S.: Musíte se sama rozhodnout. Já jsem vám jen dal radu. Nyní je na vás, zda-li se jí budete řídit. Jediné, co vám mohu doporučit, ať jdete kamkoli, nikdy nezapomínejte, kdo jste.

Ot.: Když pojedu, budu zpátky nejpozději za 12 dní.

A.S.: Obracejte se neustále ke světlu uvnitř.

Ot.: Děkuji Svámí.

A.S.: (usmívá se) Je to váš osud, že odejdete. Proto musíte jít. Ale vy stále máte pochybnosti, zda to bylo již rozhodnuto či nikoli. Tím se nezabývejte. Udělejte to, co máte udělat, a stále pamatujte na átman.

A.S.: Klopýtáte v temnotách vaší mysli a nevíte, že máte po ruce svítlnu. Tím světlem je světlo átmana. Rozsviňte jej a nechte jej svítit, a nebudete již nikdy zakopávat.

Jste tu všichni proto, že je ve vás touha realizovat átmana. Tato touha nevystupuje nahodile v některých lidech a jiných ne. Touha je tu proto, že jste v minulých životech nahromadili zásluhy, které vznikly z meditací, dobrých skutků apod. Tyto zásluhy se projevují jako touha po svobodě, touha po opravdové sádhaně, touha po nalezení dobrého učitele, v jehož přítomnosti se učí a odhaluje pravda. Je-li někomu určeno, aby se stal v tomto životě džňáninem, to znamená, že došel ke svému závěrečnému životu, pak na jeho straně je hora zásluh, které ho povedou k pravému guruovi a pravému satsangu a v onom prostředí bude provádět sádhanu a dosáhne cíle.

Pokud člověk nemá takovou hromadu zásluh z dobrých činů, nebude mít touhu po svobodě a nebude toužit po pravém guruovi, který by ho mohl osvobodit. Takový člověk může potkat gurua a guru mu může i dát dobrou radu, ale to pro něj nebude rozhodujícím podnětem k tomu, aby radu převedl do výkonné praxe. Intenzivní rozhodnutí uspět a rozlišování, které dovolí přehlížet světské zápletky, vzniká jen u těch, kdo nashromáždili onu horu zásluh. Jiní lidé mohou slyšet slova pravdy, ale i když je přijmou jako pravdu, přece budou postrádat sklon se jimi řídit.

Mokrý dříví snadno nechytne, ale když ho budete dlouho na slunci sušit, bude daleko hořlavější. Jiné materiály, jako kafr, benzín, petrolej nebo střelný prach, se zapálí, jakmile se jich plamen dotkne.

Obdobně možno klasifikovat hledající. Někteří se zapálí, jakmile potkají guru, nebo když poprvé uslyší pravdu. Jiní potřebují čas k vyschnutí, než jsou hotovi se rozhořet. Kdo jsou vlhčí a mokří, se mohou vysušit sádkou, budou-li opravdu rozhodnutí si chtít stále uvědomovat átman.

Átman je vždy dosažitelný, ale nejsme schopni si ho uvědomit a věnovat mu myšlenkovou pozornost, protože naše vásany vedou naši pozornost neustále jiným směrem. Z toho vyplývá, jak je důležité si uvědomovat „nejsem mysl, jsem átman“. Je nutné, abychom toulavou pozorností silou zatlačili k átmanu vždy, jakmile bude mít zájem o něco jiného.

Nemějte zájem o tvrzení, že nám mysl slouží. Její snahou je nás svést do proudu myšlenek, které nás odvádějí od átmana. Přehleďte je všechny a pozornost zaměřte na světlo, které v nás svítí.

Když jsem v třicátých a čtyřicátých letech sloužil Bhagavánovi, poslouchal jsem jedině jeho. On byl pro mne světlem a vše ostatní byla žvanivá mysl, která se snažila mě odvést. Nedbal jsem slov a rad jiných ášramitů a veškerou pozornost jsem věnoval Bhagavánovi a jeho instrukcím. I Činnasvámí musel přiznat, že sleduji správný směr.

Jednoho dne přišel ke mně a řekl: „Ty vůbec neposloucháš, co ti říkám, co máš dělat. Ty věnuješ svou pozornost jedině Bhagavánovi a jeho příkazům. Takové

rozhodnutí může být jen výsledkem množství zásluh, které jsi během minulých vtělení nashromáždil.“

Když nemáte k dispozici takové vnější světlo, jakým byl Bhagaván, pak musíte hledět do nitra a nalézt átman. Nebudete mít žádný užitek, když budete někde jinde hledat, dělat něco jiného a poslouchat jiný hlas. Když budete chodit kolem chrámu, provádět rituály ve prospěch nějakého božstva, všechny takové aktivity vás nepřivedou ani o krok blíže k átmanu. Púdži, džapy, rituály jsou jen pro začátečníky. Meditace je soubor pro vyšší třídu. Nemusíme ztrácet čas tím, že se budeme znovu zabývat činnostmi, které patří do nižších tříd. Zde, v této třídě, vás žádám, abyste věnovali všechnu svou pozornost a všechnen váš zájem realizaci závěru učení: „Nejsem tělo ani mysl, jsem átman. Všechno je átman.“ To je Bhagavánovo závěrečné učení. K tomu se nedá nic dalšího přidat. Držte se dobré společnosti, zatímco sledujete toto poznání, a vše bude v pořádku.

Ot.: Víím, že naslouchání guruovi a víra v jeho slova jsou důležité. Když říká: „Vy jste átman, svět není skutečný“ atd., jsem schopen přijmout, že jeho slova jsou pravdivá, ale má víra v pravdu těchto slov neumožňuje tuto pravdu zažít.

A.S.: Musíte věřit guruovi a musíte také věřit ve svou vlastní zkušenost, protože guru vám neříká, že máte přibrat další víru do mysli. Říká vám, abyste si hledali vlastní zkušenosti o sobě samém a když si tak budete počínat, tak přehlížejte vše ostatní.

Traduje se o Ram Tirthovi, že vyprávěl, jak jeden trochu hloupý muž žil se svou ženou v malé vesnici.

Jeho přátelé si jej rádi dobírali a tropili si z něho legraci, protože ho všichni považovali za hloupého.

Jednoho dne mu jeden řekl: „Máme pro tebe špatnou zprávu. Tvá žena ovdověla.“ Muž tomu uvěřil a začal zoufale plakat: „Má žena ovdověla! Má žena ovdověla!“

Několik lidí, kteří byli nablízku, se smáli a říkali: „Co se trápíš? Vždyť ty jsi naživu. Jak může být tvá žena vdovou, když ty jsi naživu. Proč naříkáš?“

„Moji nejbližší přátelé mi to řekli,“ odpověděl, „a já jim věřím. Jsou to spolehliví lidé. Když oni říkají, že má žena ovdověla, pak to musí být pravda.“

Jistě jsme názoru, že muž, když se takto chová, je úplně hloupý, protože si zvolil víru ve slova, namísto vlastní zkušenosti. Ale jsme na tom lépe? Věříme na základě nepřímých informací, které nám poskytují smysly, že jsme tělo. Zkušenost, zážitek Já jsem, pocházející z átmana, je v každém z nás, ale když se potměšilé smysly rozvinou a snaží se nás přemluvit k víře v něco, co je zřejmě nepravdivé, my jim věříme a přehlízíme naši přímou zkušenost.

Pak se trápíme nad našim stavem a bědujeme: „Jsem ve vázanosti, jsem neosvícený, nejsem volný.“

I když guru přijde a říká: „Vy jste átman, jste volný; proč trváte na mylné informaci, které vám sdělují potměšilé smysly?“ Přece však nadále nevěříte pravdě.

Vy mu odpovíte: „Smysly mi vždy poskytovali spolehlivé informace. Naučil jsem se jim důvěřovat. To, co mi říkají, musí být pravda.“

A tak se dále rmoutíte a stěžujete si, i když přímo prožíváte odhalení pravdy, které je v souhlase s guruovými slovy.

Ot.: Říkáte, že mám naslouchat tomu, co guru říká, protože to je pravdou o tom, kdo já jsem?

A.S.: Měl byste guruovi důvěřovat, protože jeho zájmem je ukázat pravdu. Může někdy říci věci, které nejsou pravdou, ale řekne je jediné proto, že ví, že jeho slova vás správným směrem nasměrují.

Pamatuji si vyprávění, které toto dokresluje. Bohatý a dobře prosperující muž občas na chvíli meditoval. Měl osvíceného guru, který mu říkával: „Nejsi myslí ani tělem. Jsi átman a stále v něm přebývej.“

Muž pozorně naslouchal, ale guruova slova ani jeho meditace neměly na něho zvláštní dopad.

Jednou přišel ke svému učiteli a řekl: „Po léta jste mi říkal, že nejsem mysl ani tělo, že jsem átman. Já tomu věřím a medituji o tom, ale nevidím v sobě žádnou změnu. Musí to být zřejmě velmi obtížná technika, protože se zdá, že nečiním žádný pokrok.“

Guru mu odpověděl: „Ukaž mi svou dlaň. Vyčtu z ní, zda by se pro tebe nenašlo něco vhodnějšího.“

Když prozkoumal jeho dlaň, guru sklopil oči a řekl: „Je to velmi zlé. Měl jsi už dříve nasadit větší úsilí. Vidím, že ti zbývá jen jeden týden života. Teď už ti moc nepomohu.“

Žák byl touto zprávou šokován. Odešel domů s myšlenkou: „Všechno mé bohatství a obchod nemají pro mne už žádnou cenu. Věnoval jsem jim příliš mnoho času a zanedbával tím svůj duchovní vývoj. Teď s tím už mnoho nenadělám. Alespoň těch pár dní strávím v meditaci.“

Doma řekl ženě: „Můj život se chýlí ke konci. Můj guru mě varoval a řekl, že toto je můj poslední týden.“

Prosím, řekni mým přátelům a příbuzným, že nechci být rušen.“

Za několik dní guru zašel za žákem, aby se podíval jak si počíná. „Jak ti jde meditace?“ zeptal se. „Tvá žena mi řekla, že jsi poslední dny nic jiného nedělal.“

„Gurudév, tady už není, kdo by meditoval. Nalezl jsem mír, o kterém jsi tolik let mluvil.“

Guru věděl, že jeho žák nikdy celodenně nezaměří pozornost na realizaci átmana, protože byl svou rodinou a obchodními záležitostmi příliš zaměstnán. Tím, že mu vnuknul myšlenku, že mu hrozí bezprostřední smrt, přiměl ho k tomu, aby se soustředil na to, co je skutečně a důležité, a ono to zapůsobilo.

To není jen pouhá povídka. To je taktika, která účinkuje na každého. Budete-li schopni odtáhnout energii od svých světských připoutaností, a místo toho se plně zaměstnáte poznáváním átmana, dosáhnete dobré výsledky.

Když máte potíže s vaším nadšením pro sádhanu, tak si řekněte: Zemřu možná za týden. Zanechte všechny věci, o kterých si myslíte, že jsou pro vás důležité, a zaměřte se jen na átmana, po dobu dvacetičtyř hodin denně. Udělejte to a poznáte, co se stane.

Ot.: Pro některé z nás není možné takové rozhodnutí uskutečnit, protože musíme pracovat a máme odpovědnost ve světě.

A.S.: Sádhuové by měli pracovat jenom tak, aby uživilí tělo. Snažte se vyhnout zbytečným aktivitám. Mít méně práce je dobré. Svůj čas zcela věnujte sádhani. Svou touhu po átmanu marníte tím, že podnikáte vše-

možné zbytečné činnosti, které vám zaberou čas a vedou k připoutanosti. Myslíte si, že váš život nebude mít konec a že můžete meditace odložit na pozdější dobu. S takovým postojem budete umírat s lítostí, ne s mírem.

Pokud se musíte věnovat práci, abyste podpořili sebe a svou rodinu, pak to dělejte, ale zatímco pracujete, buďte si stále vědomi átmana. Při práci přidržujte své myšlenky stoprocentně k átmanu.

Jste tím, co si myslíte, že jste. Stanete se tím, co myslíte. Pokud budete stále myslet na átmana, pak se jím stanete. Pokud žijete a umíráte s myšlenkami na práci a rodinu, narodíte se v místě, kde bude více práce a více rodinných starostí.

Ot.: Co si myslíte o běžně rozšířeném názoru, že poslední myšlenka člověka určuje jeho příští zrození?

A.S.: Na smrtelné posteli umíral velmi bohatý člověk, kterého zaměstnávalo mnoho světských záležitostí. Zavolal na svou manželku: „Kde je můj nejstarší syn?“ Odpověděla mu: „Stojí vedle tebe u hlavy postele.“

Jeho žena měla meditativní ladění a věděla, že její manžel zemře, tak řekla: „Nedělej si teď starosti se světskými věcmi. V míru se uvolní do átmana. To je nejdůležitější.“

Manžel však měl jiné myšlenky a zeptal se: „Kde je můj druhý syn?“ a po chvíli řekl: „Kde je můj nejmladší syn?“ „Chci vědět také, kde je.“ Manželka odpověděla: „Je zde v místnosti, jsme tu všichni s tebou.“

Tu se zeptal muž: „Tak kdo se stará o obchod, když jste všichni tady?“ a za několik vteřin zemřel.

Takové to je v životě. Pokud strávíte svůj život ve



světských myšlenkách, pak tyto myšlenky naplní vaši mysl v okamžiku smrti. Jestliže však váš život věnujete sádhane, abyste našli vnitřní mír, pak v okamžiku smrti to bude stav, ve kterém budete umírat.

## 18

Ot.: Je půst prospěšný? Doslechl jsem se, že když požíváme méně jídla, počet myšlenek se zmenší.

A.S.: Je to možné, ale měl byste být opatrný a příliš dlouho to neprovádět. Bhagaván říkal, že mírné množství sattvické stravy je pro sádhaka nejlepší vnější pomůckou. Hladovění samo o sobě neskýtá žádné dlouhodobé dobrodiní. Bhagaván také radil, že máme spíše vyhladovět naši mysl od myšlenek, než odpírat tělu potravu. Je nutné, abychom drželi tělo v dobré kondici, aby bylo schopno dobře provádět sádhanu. Odnímat mu potravu a zeslabovat jej nepředstavuje krok správným směrem.

Jeden z Bhagavánových stoupců velmi obhajoval přírodní léčení a půst. Jmenoval se Lakšmana Šarma. Byl dobrým stoupcem a napsal výtečný komentář ke knize Čtyřicet veršů o Skutečnosti. Bhagaván mnohokrát ono dílo zmiňoval a komentáře, které Lakšmana Šarma uváděl, obsahovaly výklady, které sám Bhagaván poskytl.

V roce 1940 přijel z Londýna dvacetiletý mladík. Výbuch bomby mu poškodil sluch. Lakšmana Šarma ho chtěl přírodní léčbou léčit. Léčba začínala obvykle půstem, i když jsou možné i jiné postupy. Chlapec se musel podrobit několikadennímu půstu, ale bohužel v tomto případě to s ním šlo k horšímu. Půst byl ještě prodloužen, ale chlapec slábnul a slábnul. Nakonec tak zeslábnul, že zemřel. Až do konce svého života očekával uzdravení, ale jeho koncem byla smrt.

Takové léčení se musí opatrně provádět, neboť je mnoho lidí, kterým to neprospívá.

Ot.: Máme tedy pravidelně jíst?

A.S.: Neměli bychom se nutit jíst, když nemáme hlad. Jezte, když máte hlad. Jídlo vždy lépe chutná, když na něj máte chuť. Jíst jídlo ve stanovenou dobu není zdaleka tak vhodné. Když budeme jíst, když na něj máme chuť, tak neonemocníme. To není pouhá rada. Avvajar, velká tamilská světica, poskytuje tento pokyn v jedné ze svých básní a Tiruvalluvar, jiný velký světec, napsal: „Když jíte jen tehdy, když máte hlad, neonemocníte. Když budete takto žít, nikdy nebudete muset užívat léky.“

Ot.: Chtěl bych se vás zeptat na toto: Rád bych se více uvolnil do přítomnosti a podrobil se Bhagavánově vůli, ale nejsem si jistý, zda to opravdu dokáži. Ve vaší knize, v pátém rozhovoru, říkáte: Úměrně našemu prárabdha karmanu se úsilí, které je nám určeno, vyvine v naši mysl.

Je to pro mne nesmírně důležitá poznámka. Tak, jak tomu rozumím, všechny činnosti, které se na tomto světě stanou, nastanou z Bhagavánovy vůle. Ale myšlenky, které činy podněcují, se zdají také pocházet od Bhagavána a jsou také předurčeny.

A.S.: Ano, všechno přichází od Bhagavána. Všechny naše činnosti plynou jako projev božské vůle. Náš karman je částí tohoto osudu.

Ot.: Dobře. Nicméně bych se chtěl v současnosti uvolnit a podrobit se Bhagavánově vůli. Zjistuji, že během dne vystupují myšlenky, např. vystoupí myšlenka „Chci realizovat átmana.“ Připomenu si, že „zde a nyní

Já jsem átman“. Tato myšlenka nepřichází od átmana, protože átman nemá potřebu realizovat. Takže si myslím, že to vystupuje vásana. Budu tu myšlenku přehlížet.

S tím vystupujícím chodem myšlenek si nevím moc rady, zvláště pak proto, že svámi řekl, že myšlenky, které se objevují v určitém uspořádání, jsou Bhagavánovou vůlí, jsou mým osudem. Mohu se domnívat, že si vybírám určitou volbu či nikoli, ale konečná volba, jak se zdá, je součástí mého osudu. Když pozoruji, jak tyto myšlenky vystupují, mám pocit, že nemohu nic podniknout k tomu, abych je zastavil, něco s nimi provedl nebo se jimi zabýval. Mohu se podrobit a je pozorovat, ale nezdá se, že bych mohl udělat něco víc než to.

A.S.: Každým okamžikem vystupují vaše myšlenky skrze vaše vásany, ale bylo by chybou si myslet, že s nimi nemůžete nic udělat. Můžete se o ně zajímat, nebo je přehlížet. Jestliže o ně projevíte zájem, pak vytrvají a budete v nich zachyceni. Když je budete ignorovat a podržíte svou pozornost u jejich zdroje, pak se nerozvinou. Když se nerozvinou, platí, že zmizí.

V brožuře „Kdo jsem já?“ Bhagaván tento proces přirovnává k obléhání pevnosti. Když jednu myšlenku za druhou odseknete, odseknete jim hlavy, jakmile vystoupí z pevnosti, tj. myslí, dříve nebo později už nezůstane žádná. Když myšlenky pominou, mysl klesne do svého zdroje a bude jej prožívat.

Ot.: Rád bych věděl víc o tom, jak ignorovat myšlenky. Např. vystoupí myšlenky „Chci realizovat átmana“ nebo „nerealizoval jsem átmana“ nebo „musím to a to udělat, abych átmana realizoval“. Uvědomuji si, že to jsou

všechno touhy, vásany, a tak si říkám, že „Já jsem átman. Zde a nyní jsem átman“. Jak svámí říká, na určitý čas to zastaví proud myšlenek. Snažím se držet „já myšlenky“, jak svámí doporučuje, ale nezdá se mi, že bych nad nimi měl skutečnou kontrolu. Stále si myslím, že budu-li mít úspěch či ne záleží na Bhagavánově vůli. Cítím se bezmocný. Uvědomuji si, že když se mysl pohne, je to lov na divoké husy, něco jako hon na fantomy, které neexistují. Tak si vybavuji radu svámího a připomínám si „já jsem zde a nyní átman“. Na chvíli to pomůže. Ale myšlenky znovu vystoupí.

A.S.: Předpokládejme, že jdete frekventovanou ulicí. Potkáváte nejrůznější lidi, kteří dělají všechno možné. Někde si povídají, jinde dělníci kopou jámu. V nějakém obchodě zákazník se pře s prodávajícím o ceně, zatímco uprostřed ulice je třeba dav lidí, kteří se shromáždili u oběti nějaké pouliční nehody. Nic z toho vás nemusí zajímat, ale je tu stále možnost, že se začnete zajímat o některou z těch událostí nebo dokonce o všechny a zapomenete proč vůbec jste na ulici. Ničím, co vidíte nebo slyšíte, se nenechávejte vyrušit. Jen vytrvale kráčejte směrem k vašemu určení.

Vaše vásany nejsou ničím jiným, než pouťovými atrakcemi ve vaší hlavě, které vás odtahují od vašeho hlavního zájmu, kterým je uvědomování si átmana. Když nebudete o pouťové atrakce projevovat zájem, pak přímo půjdete za cílem. Pokud něco dočasně odvrátí vaši pozornost, vraťte se zpět a zeptejte se sami sebe „Kdo se o to všechno zajímá?, Kdo se zajímá o to rozptylování?“ To vypustí vzduch z rozptylujících

tužeb a přivede vás to zpět k uvědomování si vašeho pravého záměru.

Pamatujte si, že nic, co se v mysli odehrává, není „vy“ a nic není vaší záležitostí.

To, že ve vás vystupují myšlenky, vás nemusí trápit. Úplně stačí, když si vzpomenete, že myšlenky nejsou vámi.

Ot.: To platí pro všechny myšlenky?

A.S.: Ať vystupují jaké chtějí myšlenky, reagujte na ně stejně „to není pro mne, mně do toho nic není“, jedno zda je to dobrá či špatná myšlenka. Zacházejte s nimi stejně. Komu ty myšlenky vystupují? Vám. To znamená, že vy nejste myšlenky.

Vy jste átman. Zůstávejte jako átman, nenechte se polapit něčím, co není átmanem.

Ot.: Ještě jedna věc mne trápi. Mám opravdovou touhu si stále a opravdově připomínat átmana. Mysl se toho chytí a říká, že bych měl více meditovat, měl bych věnovat více pozornosti být v přítomnosti. Podobné názory rozpoutají celé řady myšlenek. Nicméně mi to připadá, že je to ego, co se snaží realizovat átmana, který již tu je. Připadá mi, že to je rozptylování mysli.

A.S.: Pokud zůstanete jako átman, žádné vásany a karmany se vás nedotknou a nebudou na vás působit. Když však zůstanete v mysli, bude vystupovat jedna myšlenka za druhou a budou vás znepokojovat.

Ot.: Pokud tomu správně rozumím, můj karman určuje všechny činnosti, které má mé tělo v tomto životě vykonat. Mohu tomu být svědkem, ale nemohu to změnit. Jestli zvednu tuto sklenici, která tu je přede mnou,

pak to způsobil můj karman, že jsem ji v tomto okamžiku zvednul. Nemám žádnou volbu. Buď jsem osudem určen, abych ji zdvihl, nebo nejsem určen. Bhagaván říkal to samé. Když někdo vzal vějíř a zeptal se, zda ten čin byl určen od okamžiku, kdy se narodil, Bhagaván řekl: „Ano, bylo to určeno.“

A.S.: Když ve vás vystoupí myšlenky „Měl bych meditovat a měl bych realizovat“, pak se sám sebe zeptejte: „Komu ty myšlenky přicházejí?“ Proč potřebujete tolik o svém těle a myslí přemýšlet? Jste-li světlem, pak není temnoty. Když jste átmanem, pak není žádná myšlenka, žádné tělo a žádná mysl, které by činily potíže. Může přijít jakékoli množství myšlenek. Nechte je přijít. Ale stále si připomínejte „Já jsem átman“. Nejste vásany, nejste myšlenky. Držte si toto uvědomování a nedělejte si starosti s tím, co dělá vaše mysl, co se tam děje a jaký to má význam.

Nedovolte, aby se ve vás usadilo nějaké ztotožňování. Nemyslete si „sedím v Bhagavánově svatostánku“, ani „dělám, konám, sedím“ apod.

Vy jste átman a nejste tělo. I vaše vásany jsou átman. Vše je átman. Není žádných rozdílů, není žádného rozlišování v átmanu. Od átmanu není nic oddělené. Mimo átman nemůžete najít ani jediný atom, ani jedinou myšlenku. Vše je átman.

Ot.: Je tu vůbec něco, co bych mohl objevit? Není všechno zbytečné, když vše, co nastane, je předurčené?

A.S.: Všechny nejistoty a pochyby, které vás obtěžují, vznikají jednoduše proto, že jste zapleten v myšlence „já jsem tělo“ a spolu s tím přicházejí všechny

matoucí myšlenky, které z toho vyplývají. Daleko produktivnější je držet se uvědomování „Já jsem átman“, než analyzovat užitečnost úsilí. Sádhana, úsilí a praxe a všechny ideje, které o tom máte, jsou koncepty, které vznikají, když nevěříte, že jste átman, a když věříte, že musíte něco udělat, abyste ho dosáhl.

I postup: „Komu ta myšlenka přichází? Mně,“ je založen na neznalosti pravdy. Proč? Protože tím se vyjadřuje stav nevědomosti a zvětňujete mylnou domněnku, že tu je osobnost s obtěžujícími myšlenkami. Jste átman, nikoli fiktivní osoba, ve které vystupují myšlenky.

Když zůstáváte v átmanu, žádná škoda vám nemůže nastat. V tomto stavu, ať k vám přijde cokoli, nic vám nebude činit problém. Budete-li zůstávat v átmanu, není žádné duality, žádná myšlenka, co máte dělat nebo nedělat a žádné myšlenky, co by se mohlo či nemohlo dělat. Hlavní věcí je nevypadnout z átmanu. Když jste zapálili světlo, temnota nepřijde, ba ani když po ní budete toužit.

Ot.: Svámí často říká, že bychom měli neustále meditovat, abychom zůstávali v átmanu. Zjišťuji, že nemohu neustále meditovat, abych zůstával v átmanu. Když si uvědomuji, že nemedituji, mysl mi říká, že mám něco učinit, abych se vrátil do átmana. To je můj skutečný stav, má současná situace. Nejsem schopen soustavně být v átmanu.

A.S.: Když vám vystoupí myšlenky „nemedituji“ nebo „nejsem v átmanu“, pak je prostě ignorujte a vraťte se k átmanu. Když takové myšlenky přijdou, dívejte se na ně a myslete si „to není pro mne, s tím nemám co dělat“ a vraťte se k átmanu. Neplýtvajte energii myšlením a

zhodnocováním, jak dobře či jak špatně svou meditaci provádíte.

Ot.: Když ztratím pozornost a uvědomuji si, že nejsem v přítomnosti, že nemedituji, pak je mysl ze soustředění vyrušena. Nastoupí zhodnocující myšlenka, že má pozornost je odvedena.

A.S.: Ať přijde jakákoli myšlenka, přehlédněte ji. Vaší povinností je, abyste ignoroval vše, co je spojeno s ideou těla a mysli, tj. ignorujte vše, co je založeno na myšlence, že jste mysl nebo tělo. Pokud to dokážete, vystupující myšlenky vás nebudou rušit a zneklidňovat. Ve zlomku vteřiny budou pryč.

Všechny myšlenky znamenají rozptýlení, včetně myšlenky „medituji“. Když jste átman, temnota vás nemůže přemoci. Ať vzniknou jaké chtějí myšlenky, ve stavu átmana se vás nedotknou.

Ot.: Je schopnost si vzpomenout „Já jsem átman“ součástí našeho osudu?

A.S.: Jelikož jste átman, žádný osud vás nemůže ovlivnit. Jestliže roztrhnete košili, znamená to, že vy jste také roztrženi? Ne. Něco se stalo něčemu, co není vámi. Podobně tělo a mysl budou zažívat libost, štěstí, bídu apod., vše podle karmanu, který v tomto životě vstoupil do působnosti. Není k ničemu připoutané nebo odpoutané, neprožívá štěstí či neštěstí a nepodléhá karmanu. Tělo není átman, mysl není átman. Skutečné Já je átman a nikdy nenastane nic, co by se mohlo nějak dotknout átmana.

Myšlenky vyvstanou, jakmile se vyskytnou ve vás možnost k výstupu. Dobré i špatné myšlenky budou stále přicházet. Proti jejich proudu nemůžete nic dělat.

Tento proud pro vás však nemusí být problémem. Buďte átmanem, buďte mírem, což je vaší pravou přirozeností, a pak vůbec nevádí, co se vynoří. Ať chodíte, jíte, pijete, spíte, meditujete, nikdy nemyslete, že jste tím nebo tou, kdo ty věci dělá. Myšlenka, která říká, že něco děláte, je jedem, který váš život otravuje. Jakmile začnete myslet, že něco děláte, začnete myslet ještě na něco jiného, co by situaci vylepšilo. Ale vy nemusíte nic dělat, abyste zažívali nektar átmana. Vše, co máte udělat, je zanechat myšlenku, že něco děláte.

Svůj pohled musíte změnit. Musíte změnit svou perspektivu. Protože žijete v mysli a vidíte svět mimo vás, máte ho jako oddělený a od vás odlišný, pak začnete dělat plány, budete si dělat starosti, nastoupí pochyby a nejistota, jelikož nepřebýváte ve zdroji, ve vašem základu. V onom místě je jednost, jednost, ve které všechny rozdíly a oddělenost odpadají.

Když přebýváte v átmanu, uvidíte svět jako átmana. V opravdovosti to nebude vůbec žádný svět. Žádný svět, žádná májá, žádné rozdíly. Je to jako onen stav, při kterém vidíme pouze dřevo a ze dřeva vyřezaného slona, nebo pouze nitě, když vidíme zbarvenou látku. Ve stavu poznání a bytí átmana zmizí ideje toho, co se má učinit a čemu se vyhýbat. Budete vědět, že to jsou jen mentální koncepty. V tomto stavu budete vědět, že mysl je átman, vázanost je átman, všechno je átman. S takovou vizí vás nic nebude vázat, nic vás nerozesmutní.

Átman se může jevit jako projevený svět, jako oddělené objekty, ale podkladovou realitou, jedinou pravou substancí je átman, ve kterém se všechno jeví a opět

mizí. Věci a lidé se mohou v onom substrátu jevit a vy je můžete používat a být s nimi ve spojení, ale váš mír nebude nikdy rušen.

Když přebýváte v átmanu, pak není žádná možnost volby či rozhodování. Život pokračuje automaticky. Budete brát věci, které potřebujete a nebudete brát ty, které nepotřebujete. Co získáte a nezískáte nebude důsledkem toho, co se vám líbí či nelíbí. Tyto preference tu již nebudou.

Vzdáte-li se, přestanete-li věřit myšlence: „jsem odlišný od světa, stane se to vašim stanoviskem. Samotné vzdání se této myšlenky je velkou sádhanou. Abyste získali mír, bude stačit opustit tuto klamnou ideu.

Je-li tato myšlenka přítomná, svět se zdá být plný dobrých i špatných lidí a všichni jsou zaměstnáni prováděním věcí, které se zdají být dobré či špatné. Když tato myšlenka není, pak víte, že všichni jsou vašim vlastním átmanem. V tomto stavu je nebudete mít rádi nebo neradi, ani je nebudete posuzovat a být si jich vědomi jako odlišných od vašeho átmanu. Když odpadne posuzování, náklonnost a nesouhlas, pak vás vše zanechá ve vašem původním přirozeném stavu míru.

Zuby a jazyk jsou také částí vás a oba fungují v harmonii, aniž by proti sobě bojovali. Když nastane poznání, že mysl a átman jsou jedno, pak nebudou boje, bitvy a žádné pokusy posuzovat či dosahovat. Abyste byli v harmonii, pak umístěte mysl v átmanu a držte ji tam. To je opravdová meditace.

Ovšem než dosáhnete onoho stavu, kdy odpadají rozdíly a přednosti, měli byste použít trochu rozlišování,

abyste věděli, s čím a s kým se stýkáte. Vyhýbejte se špatné společnosti, ale i špatným myšlenkám, a držte se přesvědčení, že se od vás nic neliší.

Libosti a nelibosti během spánku odpadají. Džňáninové a batolata toto ovládají i ve stavu bdění. Mysl batolete je dobrá, stejně jako mysl džňánina. Ovšem mysl obsahující názor „já jsem tělo“ je velmi špatná.

Ot.: Je to jedovatá myšlenka!

A.S.: Ano, ano. Myšlenka „já jsem tělo“ je stejně jedovatá jako kobra.

„Vše je můj átman, vše je nektarem mého vlastního átmana.“ To jsou závažná prohlášení, která se rovnají miliónům zásluh. Když budeme nepřetržitě meditovali o významu pravdy těchto prohlášení, když se budeme držet pravdy, na kterou tato prohlášení poukazují, pak získáme nespočetné zásluhy.

Je mnoho manter, ale žádná není tak užitečná jako tato. Ribhugíta říká: „Vše je jedno. Vše je átman.“ To je pravda, které se máte držet. Pravému Já není v celém vesmíru nic cizí. Když víte, že jste vším, odpadne z vás volba sledovat některé věci a jiné ne. Nebudete milovat něco více a jiné méně. Máte raději, či víc toužíte po vaší paži či vaší noze? Když je vaše tělo celým vesmírem, libosti, nelibosti a touhy přestanou.

Ot.: Víím, že džňánin postrádá libosti a nelibosti a nezná přednosti, ale musím přiznat, že se mnou je to jiné. Mám silnou touhu být ve vaší přítomnosti. Věřím tomu, že mi přítomnost svámího prospívá. (Obrací se na tlumočníka) Mám zde krásný pocit, že mne nikdo nemiloval tak, jako on.

A.S.: Zanechte myšlenku, že jste tělo a mysl, a obje-  
víte, že už nemáte libosti a nelibosti. Nemyslíte si přece,  
že jste košili. Podobně džňánin si nemyslí, že je tělem  
a myslí. Džňánin chápe, že tělo a mysl jsou ožiovány  
átmanem, ale také ví, že svítí jako átman, ať tělo a mysl  
tu jsou či nejsou.

Bez átmana tělo a mysl nemohou nic dokázat. Nemů-  
žete jíst bez átmana, nemůžete mluvit, spát. Nemůžete  
vůbec nic udělat.

Své tělo udržujte v dobrém stavu, když po tom  
toužíte, ale nikdy si nemyslete, že to jste vy. Svůj vůz  
můžete udržovat v dobrém stavu, aniž byste si mysleli, že  
jste vozem. Nejste vaším vozem ani tělem. Tělo zemře,  
ale átman bude pokračovat, protože tu stále je. Když se  
ztotožňujete s přechodnými věcmi, které pomínou nebo  
zahynou, vy také zahynete nebo zemřete, ale když se zto-  
tožníte s átmanem, nezahynete ani se žádným způsobem  
nezměníte. Átman nezná zrození, smrt, nesvobodu, bídu,  
mládí, stárí a žádné nemoce. To jsou vlastnosti pomíji-  
vých těl a myslí, a nikoli átmana. Buďte átman, a žádná  
z těchto věcí se vám nikdy nepříhodí.

Ot.: Ramana Mahárši vám řekl, aby jste odešel z  
ášramu, a jak říkáte, nebyl tak připoután k jeho tvaru. Již  
jste zažil beztvaré a poznal jste, že Mahárši nebyl oním  
tvarem, který jste v ášramu spatřoval.

Zdá se mi, že fyzický tvar není důležitý. Domnívám  
se, že daleko důležitější je nalézt Boha, átmana v Srdci.  
To mě vede k otázce, zda je důležité mít Mistra ve fyzic-  
kém těle. Abychom realizovali átmana, potřebujeme  
Mistra ve fyzickém těle? Pokud se mě týče, začínám stále  
víc pociťovat, že to nemá co dělat s fyzickým tvarem,  
ale někdy si nejsem jist. Klamu sám sebe tím, když si  
myslím, že v nitru mohu navázat kontakt s átmanem, bez  
pomoci vnějšího fyzického Mistra, je to tak?

A.S.: Když půjdete k fyzickému guruovi a zeptáte se  
ho jak realizovat, pravděpodobně vám řekne, že se máte  
jen držet átmana, kterým již jste. Když se vám podaří  
být stále s pravým guruem, přece nebudete potřebovat  
fyzický tvar guruu k tomu, abyste si připomínali, co jste.  
V tomto stavu budete žít s Bhagavánem, budete zůstávat  
jako átman tím, že se budete stále držet pravého Já.

Když přijdete k fyzickému tvaru guruu a zeptáte se  
na seberealizaci, pak nedostanete instrukci o důleži-  
tosti fyzického tvaru guruu. Bude vám řečeno, abyste  
se držel pravého Já, a že nemáte padnout do léčky s  
vírou, že guru je právě jen tělem. Guru je uvnitř vás  
jako átman a vně vás se jeho átman projeví jako fyzický  
tvar. Když budete sledovat radu, kterou fyzický guru

poskytuje, objevíte, že vnější a vnitřní guruové jsou jedno a stejné.

Je však pravda, že málo lidí je schopno toto dokázat.

Ot.: Když byl átman dosažen a zažit, zůstává ještě nějaká práce k vykonání?

A.S.: Na začátku bývá přebývání v átmanu nepevné a zvrtné. Udržet jej vyžaduje bdělost.

Existuje verš z Kajvalja Navaníty, který Bhagaván často uváděl. Zmiňuje potřebu bdělosti, i když byl átman poprvé dosažen. V onom verši říká žák guruovi:

„Pane, ty jsi realitou, která zůstává jako můj nejvnitřnější átman, který uspořádal má nespočetná vtělení! Sláva tobě, který jsi vzal na sebe vnější tvar, abys mě učil. Nevidím možnost, kterák ti oplatit tvou milost, která mne osvobodila. Sláva! Sláva, tvým svatým nohám!“

Guru na to odpovídá: „Zůstávat upevněn v átmanu, oproštěn od tří druhů překážek (nevědomosti, nejistoty, klamného poznání), které zakrývají tvou zkušenost, je největší oplátkou, kterou mi můžeš poskytnout.“

Guru ví, že bez bdělosti může počáteční zážitek átmana vyklouznout.

Ot.: Proč počáteční zkušenost není dostatečná?

A.S.: Dokud jsou ještě vásany, pak znovu vyvstanou a zážitek je ztracen. Dokud jsou, vždy existuje nebezpečí, že budeme brát neskutečné za skutečné.

Když bereme přelud fata morgány za vodu, pak je to nevědomost. Podobně bereme-li neskutečné tělo za átman, je to také nevědomost. Jakmile se nevědomost objeví, je třeba ji zkoumat „Ke komu přichází nevědomost?“ Rozhodná vůle provádět tímto způsobem

sebezkoumání rozpustí všechny nejistoty. Zkoumáním „Kdo jsem já?“ a stálou meditací dochází sádhak jasně ke svému Bytí.

Dokud vásany pokračují ve své existenci, vyvstávají a zakrývají Skutečnost tím, že překryjí její uvědomování. Jakmile si je uvědomíte, zkoumejte: „Ke komu přicházejí?“ Stále sebezkoumání vás upevní ve vašem vlastním átmanu a nebudete mít další problémy. Když budete vědět, že had vaší mysli nikdy neexistoval, když budete vědět, že lano skutečnosti je vším, co existuje, pochyby a obavy vás přestanou obtěžovat.

Ot.: Co je tím, co způsobuje zralost a růst osobnosti? Jakým způsobem se guny mění, že se mysl nakonec stane sattvickou?

A.S.: Átman nepodléhá zrození, smrti, utrpení, nemá problémy. Je svědkem všech jevů, ale není jimi dotčen. Všechny zkušenosti se stávají v mysli a nespočetnými životy mysl žije, učí se a zraje. Bere tělo a něčemu se v tom těle naučí. Pak vezme jiný tvar, jiné tělo a naučí se něčemu dalšímu. Mysl takto pokračuje v nesčíslných životech, až nakonec se naučí tolik, že se vrací zpět ke svému zdroji, átmanu.

Ot.: V tomto procesu zraje všech pět těl, nebo jenom některé z nich?

A.S.: Mysl zahrnuje všech pět těl. Možno říci, že mnohými životy tato těla, pochvy, zrají a rostou, ale realizace naposled nemá co dělat se zralou myslí nebo uzralými těly. Je to stav, který převyšuje pět těl a mysl. Je to stav, ve kterém člověk konečně pochopí, že mysl, ať zralá či nezralá, nikdy doopravdy neexistovala.



Ot.: Zraje mysl spirituálními znalostmi?

A.S.: Získávání znalostí patří do oblasti výchovy a ne k sádhaně. Když vidíme všechno jako jedno, pak je to pravé spatřování a kontrola pěti smyslů v těle je pravou sádhanou. Musíte je zvládnout, a k tomu je třeba hrdinského úsilí. Žádná tradiční výchova vás k tomu nepřipraví. Realizovat átman je pravou výchovou.

Jeden z žáků Mahátma Gándhího obdržel velmi dobrou výchovu a byl také zbožný a velice ukázněný. Když si uvědomil, že vše, co od života chce, je seberealizace, roztrhal všechna svá akademická vysvědčení a zahodil je. Věděl, že výchova ani jeho světské znalosti mu nepomohou. A vskutku, jak z toho vyplývalo, jeho získávání znalostí bylo překážkou, takže to musel odmítnout.

Správná výchova nepochází z knih. Přichází stykem s džňániny. Jedině ti nás mohou správně vést a učit. Sloužil jsem Bhagavánovi 12 let. Když se ohlížím na ta léta, mohu nyní říci, že podobně jak nemůžete získat náležitou akademickou výchovu bez navštěvování škol, člověk nezíská správnou duchovní výchovu bez satsangů s džňáninem či s vlastním átmanem.

Ot.: Je pro mne obtížné zůstat zaostřen na já myšlenku, zvláště když jsem uprostřed světských aktivit. Stačí, když si budu vědom uvědomování všeobecného vědomí?

A.S.: Pokud jste si vědom vědomí, pak není žádná dvojnost. Všechno je ve vědomí obsaženo.

Ot.: Ale stačí, když si budu vědom uvědomování?

A.S.: Opakujete otázku, tak já opakuji odpověď. Budete-li zůstat ve stavu vědomí, pak nebude nic mimo vás. Žádné problémy, bída či otázky.

Ot.: Jste stále v tomto stavu vědomí? Mně se stává, když jsem plně v činnostech ponořen, vyvstanou myšlenky a už si na sebe nevzpomenu. Přestanu přivádět vědomí do ohniska.

A.S.: Neztrácím vědomí átmana, protože nejsem ztotožněn s tělem a myslí. Jen když se ztotožňujete s tělem a myslí, vznikají problémy.

V hlubokém spánku zapomínáme na tělo a mysl, ale vědomí tu stále je. Stejný stav je nyní, když bdíme. Když se vzdáte všech myšlenek a oddělenosti, pak to stačí. Když se tyto ideje odstraní, uvědomíte si, že jste vším.

Ot.: V Ribhugítě je uvedeno, že dobré i špatné myšlenky jsou brahman. Znamená to, že nemusíme pečovat o dobré nebo špatné kvality?

A.S.: Ve vašem pravém stavu je pouze vědomí. V hlubokém spánku se ve vědomí neprojeví žádná jména a tvary, zatímco vystupují při snění a bdění. Když se

podíváte na kus látky, všímáte si jakého je druhu a tvaru, jaké barvy, jak vypadá, jakou má tloušťku apod. Ale na co se opravdu díváte, jsou nitě. Podkladem přirozenosti vědomí je mír, v našem případě je ekvivalentem nití. Přebývat vědomě ve vědomí se podobá přebývání v hlubokém, nerušeném míru, i když se v něm mohou objevovat myšlenky a aktivity. Když hledíte očima moudrosti, pak je jenom mír. Není zde nesvobody nebo samsáry. Ba prohlašovat, že átman je mírem, není zcela správné. Nazývám to mírem, ale ve skutečnosti to není něco co bychom mohli popsat nebo definovat slovy.

Dobré a špatné kvality se objevují v mysli v koloběhu smrti a zrození. Jsou to koncepty, které zmizí, zatímco jedině mír zůstává. Když jste mírem, když jste vědomím, projeví se ve vás všechny dobré kvality, ba i skrze vás, ale vy si nebudete vědomi toho, že jsou „dobré“. Vy budete jen mírem.

Ot.: Koloběh života, projevení, samsára, se zdá pokračovat, jsme-li upevnění v míru či nejsme. Copak není nic, co by v projevení bylo klíčem k míru?

A.S.: Když pochopíte pravou povahu koloběhu života, ono kolo, které každému poskytuje tolik střídání štěstí a bídy, pak toto porozumění vás povede tam, kde není žádného kola, žádné změny či pohybu. Toto kolo se otáčí na podstatě neměnného átmana. Když se usadíte v tichém, míruplném středu átmana, budete současně vědět, že átman je nehybným mírem a že kolovrátek je také átman.

Ot.: Proč je nutný kolovrátek v átmanu? Proč se projevení vůbec projevuje?

A.S.: Tato otázka vyvstává jen ve vaší mysli. Když budete zůstat v átmanu, jako átman, pak taková otázka nevyvstane. Jestliže pohnete rukou nebo ji necháte v klidu, pořád zůstává rukou. Její přirozenost se v žádném případě nezmění. Májá je átman. Všechno je átman. Sám to poznáte, když se vzdáte všech rozdílů. To je všechno, co máte udělat.

Ot.: Proč se mysl pohybuje stále ven, namísto aby mířila dovnitř?

A.S.: Protože neklademe otázku „proč se mysl pohybuje ven, namísto dovnitř?“ Tato otázka vystupuje, protože povaha štěstí není správně pochopena. Lidé ho stále hledají na špatných místech a špatnými činnostmi. Opravdu je špatné, když si myslíte či máte dojem, že štěstí je něco, co je možné nalézt vně vás, a dále, že musíte něco udělat nebo někam jít, abyste ho dosáhli. To je klam, kterému podléháte, je to iluze, které věříte, a proto hledáte štěstí ve vnějším světě.

I když vám říkám, že štěstí je ve vás jakožto átman, a když se budete dívat dovnitř, najdete ho, přece myslíte, že máte něco udělat nebo někam jít, abyste ho našli. To je síla máji, síla iluze. To je, jako když se ryba ptá druhé ryby, kterým směrem je moře.

Když si neuvědomujete, že máte brýle na nose, můžete je hledat třeba celý den a myslet si, že jste je ztratili. Následkem toho věříte, že jsou objektem, který máte nalézt. Nakonec zjistíte, že je celý den máte na nose.

Zatímco jste hledali, to, co jste hledali, bylo ve skutečnosti to, čím jste viděli. Hledali jste objekt, který se nakonec prokázal jako subjekt, kterým vidíte. Stejně je

to s myslí a átmanem. Mysl rozvíjí myšlenky, že átman je nutno nalézt, a tak pokračuje v honbě za átmanem, jako kdyby to byl nějaký objekt, který je kdesi uvnitř umístěn. To je stejně hloupé, jako např. člověk, který má kozičku okolo ramen a celý čas ji hledá, přičemž se ptá každého, koho potká, jestli ji neviděl.

Ot.: Říkáte, že jsem átman, a že se ani nepotřebuji dovnitř dívat, abych jej objevil. Myslím si, že je třeba milosti, abychom zažili pravdu o tomto prohlášení, jelikož každé úsilí se zdá být kontraproduktivní.

A.S.: Milost je stále přítomná, je vždy k dosažení, aby však působila, je třeba být ve stavu, kdy jsme schopní ji přijmout. Chcete-li nabrat hrmkem vodu z jezera, musíte hrmek nejprve zcela ponořit do vody. Když toužíte, aby se vaše mysl naplnila milostí, plně se ponořte do átmana. Tehdy se milost projeví jako mír a štěstí.

Ot.: Zemře mysl najednou, nebo postupně?

A.S.: Jedna odpověď zní: „Když vyjde slunce, mizí temnota najednou, či postupně?“ Bhagaván, když o tomto tématu mluvil, poznamenal jednou: „Někdo si spletl v temnotě pověšené lano za hada. Pak se zeptal, kolik let to bude trvat, než had zemře?“ Lepší odpovědí je, když mysl neexistuje, pak nemůže zemřít rychle ani pomalu.

## Slovníček

<b>advaita</b>	nedvojnost, škola védántické filozofie, vycházející z nauky upanišad, prohlašující, že Bůh, duše a vesmír nejsou tři bytosti, ale Jediné. Veškerá možnost se jeví jen na základě nevědomosti. Skutečné je jen všeobjímající brahman, absolutno
<b>aham sfurana</b>	čiré uvědomování, které věčně svítí a vyzařuje jako Já-Já v Srdci, v nejvnitřnějším středu lidské bytosti
<b>Arunáčala</b>	posvátná hora v jižní Indii, která je podle tradice pojímána jako hmotné svědectví samotného Šivy, svrchovaného Pána
<b>ášram</b>	duchovní instituce nebo společenství, kde se uskutečňuje duchovní disciplína; příbytek světce nebo mudrce
<b>átman</b>	nezničitelné, neměnné svrchované Já člověka. Jádro člověka, které je totožné s nejvnitřnější silou všehomíra, s absolutním substrátem všeho - brahman
<b>Bhagaván</b>	Pán, titul označující Božství
<b>Brahma</b>	Bůh Stvořitel hinduistické Trojice
<b>brahman</b>	absolutní Skutečnost, svrchované Bytí, všepronikající neosobní svrchovaný Princip, Existence Sama o Sobě, absolutní substrát všeho
<b>daršan</b>	vidět nebo být viděn hinduistickým Božstvem nebo guruem

<b>džňána</b>	poznání svrchované Pravdy, svrchovaná Pravda
<b>džňánin</b>	osvícená bytost; mudrc, který realizoval svrchované poznání a má přímé uvědomování Sebe Sama
<b>guny</b>	složky prvotní Přírody, které jsou základem všech substancí a podkladem všech fyzických a mentálních jevů
<b>karman</b>	(též karma) činnost, skutek, výsledek konání
<b>Kršna</b>	vtělení Boha Višnu
<b>lája</b>	dočasný stav vstřebávání myšlenek mysli
<b>lingam</b>	falický symbol Šivy, který je uctíván jako reprezentace či vtělení Šivy
<b>mahásamádhi</b>	místo, kde došlo k vyvanutí těla mudrce
<b>májá</b>	síla, která promítá neskutečné jako skutečné a předvádí to, co je dočasného a omezeného trvání jako věčné a stálé
<b>mantra</b>	posvátná slova či zvuky, které obsahují sílu přetvořit nebo ochraňovat toho, kdo je opakuje; Božství ve zvuku
<b>prárabdha</b>	karman, který je nutno v tomto životě naplnit
<b>radžas</b>	guna reprezentující vlastnost aktivity, žádosti, napětí, neklidu, s trendem šíře, mnohosti
<b>Ráma</b>	sedmá inkarnace Boha Višnu, o němž vypravuje staroindický epos Rámájana

<b>Rámakršna</b>	bengálský mudrc (1836-1886), jehož učení se rozšířilo i na západě; spatřoval ve všech náboženstvích cesty k Bohu
<b>Ramanášram</b>	ášram v Tiruvannamalai, na úpatí Arunáčaly, kde žil Ramana Mahárši od roku 1922 až do 14. 4. 1950
<b>sadguru</b>	zcela osvícený guru, který je pevně usazen v Bytí
<b>sádhak</b>	ten, který provádí sádhanu
<b>sádhana</b>	metoda duchovního cvičení, cesta k dosažení dokonalosti; vždy vyžaduje mnoho sebekázně, úsilí a odpoutanosti
<b>sádhu</b>	ten, který se zřekl světského způsobu života, aby se mohl zcela věnovat sádhane
<b>samádhi</b>	stav, který nastává po úplném rozpuštění smyslových vjemů a myšlenek, ve kterém je dosaženo ztotožnění s objektem či subjektem meditace; hrob hinduistického světce či osvícené bytosti
<b>samsára</b>	cyklus zrození a smrti
<b>satsang</b>	společenství světců, mudrců, též setkání pokročilých sádhaků, za účelem nejvyššího poznání
<b>sattva</b>	guna, reprezentující vlastnosti jasu, světla, lehkosti; je směrem tahu vzhůru
<b>Skandášram</b>	ášram na Arunáčale, kde přebýval Ramana Mahárši v letech 1916-1922
<b>svámí</b>	titul udílený mnichům, kteří se hlásí k védántě (učení véd, upanišad)

<b>šakti</b>	síla, božská kosmická energie, která promítá, udržuje a rozpouští vesmír
<b>Šiva</b>	Bůh Ničitel hinduistické Trojice, uctíváný jógíny a džňánajógíny
<b>tamas</b>	guna, reprezentující vlastnosti tíže, trend dolů, temnotu, zastření
<b>vásaná</b>	latentní sklon, který přechází do současného života z minulých vtělení
<b>vibhúti</b>	posvátný popel
<b>Višnu</b>	Bůh Udržovatel hinduistické Trojice; ochránce tvorů, jehož vtělením byl Ráma a Kršna



*Arunáčala*

**Annamalai svámí**  
**Hovory o seberealizaci**

Přeložil Rudolf Skarmitzl

Z 2. vydání anglického originálu „Final Talks“

(David Godman v roce 2002)

Sri Annamalai Swami Ashram Trust,

Annamalai Swami Ashram,

Palakottu Sri Ramanasramam

P. O. Tiruvannamalai 606603, Tamil Nadu Indie.

Vydalo v ČR nakladatelství ONYX

Sázavská 4, 12000, Praha 2

Zhotoveno v AMJTisk

[www.onyxedition.com](http://www.onyxedition.com)

[amjtisk@seznam.cz](mailto:amjtisk@seznam.cz)

ISBN: 80-86788-23-7